Artistic Minds

FORMAZIONE PER ESPERTI E PROFESSIONISTI ATTIVI NEL SOSTEGNO DI GIOVANI CON DISABILITA' INTELLETTIVA E/O NEURODIVERGENTI: SVILUPPO DI COMPETENZE E ATTIVITA' INNOVATIVE

WP3 – T3.1

Co-funded by the European Union

Dichiarazione di non responsabilità

Co-finanziato dall'Unione Europea. Le opinioni e i punti di vista espresse sono quelle dell'autore/degli autori e non riflettono necessariamente quelle dell'Unione Europea o dell'Agenzia esecutiva per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenute responsabili per esse.

LICENZA CREATIVE COMMONS

ATTRIBUZIONE-NON COMMERCIALE-CONDIVISIONE ALLO STESSO MODO 4.0 INTERNAZIONALE

Questa licenza richiede che chi utilizza nuovamente le risorse attribuisca il credito all'autore o agli autori. Queste persone possono così distribuire, rielaborare, adattare e sviluppare il materiale in qualsiasi mezzo o formato, esclusivamente per scopi non commerciali. Se altre persone modificano o adattano il materiale, devono concedere in licenza il materiale modificato a condizioni identiche.

INFORMAZIONI CHIAVE

Call e n. di progetto	CREA-CULT-2024-COOP-2 N. 101173645
Programma	Europa Creativa
Nome del progetto	ArtisticMinds
Titolo	Promuovere l'inclusività e l'accessibilità del settore culturale e creativo attraverso l'innovazione digitale e sociale
Data di inizio e fine del progetto	01/01/2025 - 30/06/2027
Durata del progetto	30 mesi
Descrizione del risultato	Il risultato, disponibile in formato e-book, contiene la descrizione del programma di formazione ArtisticMinds per esperti CCS e professionisti MH. Il programma consiste in un modulo introduttivo e quattordici moduli per migliorare le competenze di chi è attivo nel sostegno a giovani artisti con disabilità intellettiva e/o neurodiversità.
Tipo di risultato	Documento - Relazione
Autore principale	AIAS Bologna (IT) – Modello Tutti i partner - Contenuti
Partner	CSIF (CY); EMPHASYS (CY); AIDA (IT); ARTIT (GR); MARGARITA (GR); CRAVE (PL); IGPCRM (ES); UP (ES); CONNECT (BE); AIAS (IT)
Livello di diffusione	Pubblico

SOMMARIO

Informazioni chiave 3
Informazioni su questo corso di formazione 5
Glossario 9
Modulo 01: Introduzione al programma formativo 11
Modulo 02: Utilizzare l'arte e la cultura per facilitare l'espressione personale 28
Modulo 03: Utilizzare l'arte e la cultura per migliorare il benessere individuale 42
Modulo 04: Utilizzo delle tecnologie digitali per migliorare l'arte e la cultura 61
Modulo 05: Valorizzare la diversità: sfide e opportunità 81
Modulo 06: Tutoraggio creativo: approcci e strategie 97
Modulo 07: Supportare gli artisti con disabilità intellettiva e/o neurodiversità 114
Modulo 08: Supportare gli artisti con difficoltà di salute mentale 134
Modulo 09: Arteterapia 153
Modulo 10: Musicoterapia 177
Modulo 11: Drammaterapia 192
Modulo 12: Arte digitale e cultura smart 208
Modulo 13: Fototerapia 226
Modulo 14: Danzaterapia 242
Modulo 15: Accessibilità e progettazione di ambienti artistici e culturali 261
Appendice: Risposte alle domande di autovalutazione 275

Co-funded by the European Union

INFORMAZIONI SU QUESTO CORSO DI FORMAZIONE

Questo e-book costituisce il Deliverable D3.1 - Corso di formazione sulla sostenibilità dello sviluppo delle capacità nell'ambito del Work Package 3 (WP3) del progetto ArtisticMinds. Contribuisce al Pilastro II (Sviluppo delle capacità) e prepara i professionisti all'attuazione del Pilastro IV (Programma modello culturale e creativo) nel WP4.

Questa formazione ha l'obiettivo di preparare i **Tutor Creativi**, ovvero persone di riferimento per lo sviluppo del processo creativo a sostegno dei giovani artisti nell'ambito del pacchetto di lavoro WP4 - Programma modello culturale e creativo. Le competenze sviluppate potranno essere applicate durante le attività di tutoraggio e la realizzazione del programma di riferimento in ciascun **Cultural Living Hub**. I Cultural Living Hub sono dei luoghi dove i giovani artisti e artiste con disabilità intellettiva e/o profilo neurodivergente potranno svolgere attività che valorizzano le loro competenze. Per profilo neurodivergente intendiamo il funzionamento cognitivo e neurologico di alcune persone, caratterizzato da modalità specifiche di elaborazione, apprendimento e relazione. Esempi di profilo neurodivergente: autismo, ADHD, disturbi specifici dell'apprendimento (DSA), come dislessia, disprassia, discalculia.

Il corso è di 15 ore, ogni ora corrisponde ad un modulo formativo erogato attraverso laboratori formativi nazionali o sulla piattaforma di apprendimento online del progetto. I partecipanti riceveranno 15 certificazioni (1 per modulo) e la certificazione complessiva al completamento della valutazione finale. Le certificazioni saranno rilasciate tramite la piattaforma culturale ArtisticMinds.

Ogni modulo è strutturato in sezioni specifiche, articolate come segue:

Co-funded by the European Union

- **Obiettivi di apprendimento**: descrizione delle conoscenze e delle abilità pratiche che i partecipanti acquisiranno al termine del modulo termine del modulo.
- **Descrizione dei contenuti: opportunità e sfide:** panoramica chiara e concisa dei contenuti trattati nel modulo, evidenziando sia le opportunità che le sfide associate all'argomento. L'obiettivo è quello di fornire un approccio equilibrato che aiuti i partecipanti a sviluppare una comprensione critica della materia.
- **Attività suggerite per il lavoro individuale o di gruppo**: proposta di attività pratiche ed esercizi individuali o di gruppo, utili per consolidare le conoscenze acquisite e applicarle a situazioni concrete con giovani artisti con disabilità.
- **Impatto delle competenze apprese sulle attività con i giovani artisti:** analisi degli effetti e delle applicazioni delle conoscenze acquisite nelle attività con i giovani artisti. Include indicazioni pratiche, suggerimenti e raccomandazioni per mettere in pratica l'apprendimento in contesti reali, con particolare attenzione alle esigenze e allo sviluppo delle competenze dei giovani.
- **Risorse aggiuntive e riferimenti:** raccolta di materiali aggiuntivi, link e riferimenti bibliografici per approfondire l'argomento e per fornire ai partecipanti suggerimenti per continuare il loro studio in modo indipendente su fonti scientifiche autorevoli.
- **Domande di valutazione:** 5 domande finali di autovalutazione per misurare il livello di comprensione dei contenuti.

Sebbene la formazione sia strutturata come un programma unificato di 15 moduli, essa comprende due percorsi di apprendimento personalizzati:

- Percorso per esperti culturali e creativi (CCS) come ad esempio attori, danzatori, curatori e
- Percorso per professionisti della disabilità e/o della salute mentale (MH) come ad esempio educatori, psicologi, psichiatri, arteterapeuti.

Ogni percorso ha dei moduli prioritari e altri moduli raccomandati consentendo così un'esperienza di apprendimento flessibile e la condivisione di metodologie, come previsto nel WP3.

Per facilitare l'esplorazione del programma di formazione, di seguito è riportata una tabella riassuntiva di tutti i moduli, che indica l'obiettivo di apprendimento designato per ciascun modulo.

	Obbligatorio	**Raccomandato**
Modulo 01: Introduzione al programma formativo	*Esperti CCS/Professionisti MH*	
Modulo 02: Utilizzare l'arte e la cultura per facilitare l'espressione personale	*Esperti CCS*	*Professionisti MH*
Modulo 03: Utilizzare l'arte e la cultura per migliorare il benessere individuale	*Esperti CCS*	*Professionisti MH*
Modulo 04: Utilizzo delle tecnologie digitali per migliorare l'arte e la cultura	*Esperti CCS*	*Professionisti MH*
Modulo 05: Valorizzare la diversità: sfide e opportunità	*Esperti CCS*	*Professionisti MH*
Modulo 06: Tutoraggio creativo: approcci e strategie	*Esperti CCS/Professionisti MH*	

Modulo 07: Supportare gli artisti con disabilità intellettiva e/o neurodiversità	*Esperti CCS*	*Professionisti della salute mentale*
Modulo 08: Supportare gli artisti con difficoltà di salute mentale	*Esperti CCS*	*Professionisti della salute mentale*
Modulo 09: Arteterapia	*Professionisti MH*	*Esperti CCS*
Modulo 10: Musicoterapia	*Professionisti MH*	*Esperti CCS*
Modulo 11: Drammaterapia	*Professionisti MH*	*Esperti CCS*
Modulo 12: Arte digitale e cultura smart	*Professionisti MH*	*Esperti CCS*
Modulo 13: Fototerapia	*Professionisti MH*	*Esperti CCS*
Modulo 14: Danzaterapia	*Professionisti MH*	*Esperti CCS*
Modulo 15: Accessibilità e progettazione di ambienti artistici e culturali	*Esperti CCS/Professionisti MH*	

Co-funded by
the European Union

GLOSSARIO

ASD	Disturbo dello spettro autistico
CAA	Comunicazione aumentativa e alternativa
CRPD/ CDPD	Convenzione sui Diritti delle Persone con Disabilità
DMT	Danza Movimento Terapia - Danzaterapia
DSA	Disturbi specifici dell'apprendimento
Esperti CCS/CCI	Esperti del settore/delle industrie culturali e creative
IA	Intelligenza artificiale
ID	Disabilità intellettiva
MACT	Musical Attention Control Training -Allenamento al controllo dell'attenzione musicale
MH	Professionisti della disabilità e della salute mentale
MOOC	Corsi online aperti su larga scala
NMT	Neurologic Music Therapy - Musicoterapia neurologica
RA	Realtà aumentata
SDT	Self Determination Theory -Teoria dell'autodeterminazione
TA	Tecnologie assistive
XR	Extended Reality - Realtà estesa
VR	Realtà virtuale
WP	Work Package -Pacchetto di lavoro
UDL	Universal Design for Learning -Progettazione universale per l'apprendimento
UE	Unione Europea
UN	Nazioni Unite

Co-funded by the European Union

Modulo 01

Introduzione al programma formativo

MODULO 01: INTRODUZIONE AL PROGRAMMA FORMATIVO

Obiettivi formativi

Questo modulo introduce il corso di formazione sviluppato nell'ambito del progetto ArtisticMinds e dedicato sia agli esperti (CCS) sia ai professionisti (MH) che supportano o supporteranno i giovani artisti con disabilità intellettiva (ID) e/o neurodivergenti.

Partecipando al seguente modulo, sarai capace di:

- **Conoscere** il progetto ArtisticMinds e i risultati attesi,
- **Comprendere gli** obiettivi generali del corso di formazione per lo sviluppo delle capacità, della sua struttura e delle competenze che mira a sviluppare,
- **Conoscere** gli altri partecipanti al corso e creando così un'atmosfera collaborativa.

Descrizione dei contenuti: opportunità e sfide

Il progetto ArtisticMinds, co-finanziato dal programma Europa Creativa, vuole trasformare il panorama creativo e culturale rinnovando il settore e consentendo al talento e all'innovazione di prosperare. Il progetto offre opportunità concrete ai giovani con disabilità intellettiva e/o neurodivergenti di ottenere riconoscimento nel settore, promuove opportunità di lavoro e contribuisce alla crescita di industrie culturali più inclusive e accessibili.

Il progetto ArtisticMinds ha l'obiettivo di superare le barriere che portano all'emarginazione, accogliendo e valorizzando i giovani provenienti da contesti svantaggiati e con disabilità, affinché possano partecipare pienamente e con dignità al mondo dell'arte. Questo impegno riflette i

principi dichiarati dalla Convenzione delle Nazioni Unite sui diritti delle persone con disabilità (Nazioni Unite, 2006). L'articolo 30 della Convenzione **riconosce il diritto delle persone con disabilità di partecipare su base di uguaglianza con gli altri alla vita culturale**, compreso il diritto di:

- **accedere a materiali culturali in formati accessibili**,
- **accedere alle attività culturali, agli spettacoli e ai siti culturali**
- **sviluppare e utilizzare il proprio potenziale creativo, artistico e intellettuale**, per la realizzazione personale e per l'arricchimento della società nel suo complesso.

Ponendo la partecipazione artistica e culturale dei giovani con disabilità al centro della sua missione, il progetto ArtisticMinds contribuisce all'attuazione dell'articolo 30 della Convenzione delle Nazioni Unite sui diritti delle persone con disabilità, in particolare promuovendo un ambiente culturale in cui l'accessibilità, la creatività e l'identità artistica sono riconosciute come componenti fondamentali della dignità umana e della cittadinanza.

Il progetto riconosce l'impatto di un fenomeno globale come la digitalizzazione nel mondo delle arti, l'adozione di tecnologie e strumenti digitali nel settore e mira a rafforzare le competenze dei giovani artisti nell'esprimere il proprio talento con nuovi mezzi digitali, se questo è ciò che preferiscono, nella loro ricerca di nuove prospettive creative e professionali.

L'obiettivo del progetto è quello di migliorare l'accessibilità nel settore culturale e promuovere il rispetto delle differenze, permettendo alle organizzazioni e ai tutor di creare opportunità concrete di crescita, occupazione e partecipazione artistica e sociale.

I tre principali gruppi target/beneficiari del progetto ArtisticMinds sono:

- Giovani artisti con disabilità intellettiva e/o neurodivergenti (ad esempio con autismo o difficoltà di apprendimento), di età compresa tra i 18 e i 25 anni.
- Esperti nei settori e nelle industrie creative e culturali (ad esempio curatori, artisti, arteterapeuti, direttori artistici).
- Professionisti della salute mentale che sostengono i giovani con disabilità (ad esempio educatori, terapisti occupazionali).

Uno degli aspetti centrali del progetto ArtisticMinds è l'idea che **la creatività contribuisce** al benessere mentale e sociale delle persone, comprese quelle con disabilità intellettiva e/o neurodiversità, riducendo lo stress e prevenendo lo sviluppo di malattie correlate (Conner, De Young & Silvia, 2018). Attraverso laboratori e collaborazioni con professionisti del settore creativo, il progetto mira a:

- Rafforzare la fiducia e l'autostima degli studenti appartenenti ai gruppi target.
- Stimolare l'espressione artistica e la comunicazione.
- Incoraggiare gli incontri tra talenti emergenti e professionisti esperti nel mondo dell'arte e della cultura.

I principali risultati del progetto racconteranno un percorso ricco e complesso che prende forma attraverso diverse fasi fondamentali. In primo luogo, l'Unione Europea ha condotto una ricerca transnazionale e ha prodotto **due relazioni sull'inclusività e l'efficacia delle politiche e delle pratiche culturali e sociali** in Europa. Queste relazioni analizzano questioni chiave quali l'inclusione, la digitalizzazione, l'accesso e il sostegno ai giovani artisti svantaggiati, in particolare nel settore culturale e creativo. Le politiche e le pratiche sono state raccolte e rese disponibili tramite uno

strumento interattivo di mappatura elettronica, una risorsa digitale dinamica e accessibile.

Il quadro delle competenze (Artistic Mind Competency Framework) è il secondo importante risultato del progetto. É un documento metodologico destinato agli esperti e ai professionisti che evidenzia le competenze, le conoscenze e gli atteggiamenti che i giovani artisti devono sviluppare. Le competenze vengono descritte in quattro ambiti interconnessi - personale, sociale, artistico e professionale - e distinguendo tre livelli di competenze (base, moderato e avanzato) per rispondere alle diverse esigenze formative.

Un altro risultato è lo sviluppo di un corredo di strumenti **digitali** composto da strumenti operativi e risorse pratiche online progettati per supportare le organizzazioni, i formatori e gli operatori culturali nel loro lavoro quotidiano. Il corredo di strumenti digitali offre l'opportunità di esplorare virtualmente siti culturali in tutto il mondo e di provare giochi immersivi per la creazione di fumetti digitali. Fornisce, inoltre, una selezione di strumenti digitali dedicati a discipline artistiche quali il disegno digitale e la musica digitale. Tutte queste risorse sono disponibili gratuitamente sulla **piattaforma di apprendimento del progetto ArtisticMinds**.

Uno dei risultati concreti è la creazione degli **ArtisticMinds Cultural Living Hubs**. Questi hub sono ecosistemi viventi in cui creatività, tutoraggio, apprendimento, strumenti digitali e comunità convergono per promuovere l'espressione inclusiva e la crescita personale. Saranno creati nei cinque paesi europei partner del progetto: Cipro, Grecia, Spagna, Italia e Polonia. Nello specifico, gli hub:

- Forniranno l'accesso **fisico e virtuale** a strumenti artistici e tecnologie digitali.

- Ospiteranno il **programma modello culturale e creativo del progetto ArtisticMinds**, in cui gli artisti saranno seguiti da professionisti del settore CCS.
- Faciliteranno produzioni culturali inclusive, eventi, mostre e narrazione digitale.
- Agiranno come **ecosistemi basati sulla comunità** per il networking, lo sviluppo di capacità e la condivisione di conoscenze.
- Incoraggeranno la collaborazione a lungo termine tra le parti interessate attraverso memorandum di collaborazione.

Ogni hub promuove **i contesti culturali, istituzionali e sociali locali**, e segue un modello unificato adattabile in tutta Europa e oltre.



Figura 1 Due donne adulte dipingono insieme sullo stesso supporto in uno studio d'arte. Immagine generata dall'intelligenza artificiale - Midjourney v6, 2025

All'interno degli hub, i giovani saranno guidati da tutor esperti e parteciperanno al **programma artistico e creativo del progetto ArtisticMinds**. Questo programma è suddiviso in quattro fasi: esperienze culturali che includono visite fisiche e virtuali a musei, studi e spazi creativi;

creazione di storie digitali interattive in collaborazione con i coetanei; uso di strumenti digitali innovativi per la produzione artistica; collaborazione diretta con esperti del settore per organizzare eventi, mostre e spettacoli.

Infine, un risultato chiave del progetto è lo sviluppo del seguente **corso di formazione per lo sviluppo delle capacità**. Questo corso è disponibile come ebook e come corso online aperto di massa (MOOC) gratuito sulla piattaforma culturale del progetto[1]. Il programma di formazione del corso è progettato in base al profilo dei giovani artisti, sviluppato come descritto nel quadro delle competenze del progetto ArtisticMinds. Inoltre, è in linea con i modelli di riferimento delle competenze dell'Unione Europea (UE) quali LifeComp (2020), Key Competences for Lifelong Learning (2019) e DigComp (2022).

La formazione è erogata come un programma di apprendimento unificato di 15 moduli e include due diversi percorsi di apprendimento: il percorso per esperti (CCS) e il percorso per i professionisti (MH). Ogni percorso ha dei moduli prioritari e dei moduli raccomandati, consentendo un'esperienza di apprendimento caratterizzata da:

- **Flessibilità:** i moduli possono essere affrontati dagli studenti in qualsiasi ordine, poiché sono indipendenti.
- **Rispetto delle differenze:** il percorso mira a stimolare l'apprendimento riunendo esperti (CCS) e professionisti (MH) in gruppi, sia online che di persona.
- **Personalizzazione:** ogni persona può concentrarsi sui contenuti rilevanti per la propria esperienza professionale.

[1] Link: www.ArtisticMinds-platform.eu

L'obiettivo del programma di apprendimento è quello di costruire una comprensione comune delle opportunità e delle sfide presenti nel percorso di miglioramento delle competenze artistiche di giovani artisti con disabilità intellettiva e/o neurodivergenti, attraverso la valorizzazione del contributo di tutti i partecipanti.

Ogni modulo è strutturato come segue:

- Obiettivi formativi
- Descrizione dei contenuti: opportunità e sfide
- Attività suggerite per il lavoro individuale o di gruppo
- Impatto delle competenze apprese sulle attività con i giovani artisti
- Risorse aggiuntive e riferimenti
- Domande di valutazione

Alla fine di ogni modulo, i partecipanti troveranno cinque domande di autovalutazione. Al completamento di ogni modulo, riceveranno un certificato che attesta le competenze acquisite. Infine, dopo aver completato con successo il questionario finale, i partecipanti potranno ottenere la certificazione per aver completato l'intero corso di formazione.

Fondamenti metodologici del corso di formazione

La progettazione dei 15 moduli prende forma a partire da diversi quadri di riferimento teorico che orientano sia la struttura che i contenuti formativi. Il quadro di riferimento è **l'ArtisticMinds Competence Framework**, un documento metodologico destinato agli esperti e ai professionisti. Questo documento evidenzia le competenze, le conoscenze e gli atteggiamenti necessari che i giovani artisti con disabilità devono sviluppare nell'ambito del Programma Culturale (WP4). Le competenze sono descritte all'interno di quattro ambiti interconnessi - **personale, sociale, artistico e**

professionale - e vengono distinti tre livelli di competenza (base, moderato e avanzato) per riflettere la diversità delle esigenze formative e dei ritmi di apprendimento.

Il processo di progettazione tiene conto anche di importanti riferimenti europei sullo sviluppo delle competenze trasversali e digitali. In particolare, la struttura dei moduli è in linea con i principali quadri di riferimento dell'Unione Europea (UE) in materia di competenze:

- **LifeComp (2020)** – il Quadro europeo che definisce le competenze chiave personali, sociali e di apprendimento, che sottolinea quali sono le competenze necessarie per il benessere, l'autoregolazione e l'apprendimento continuo;
- **Competenze chiave per l'apprendimento permanente (2019), il Quadro europeo** che definisce le competenze necessarie per la cittadinanza attiva, l'inclusione sociale e la realizzazione personale;
- **DigComp (2022)** – il Quadro europeo che definisce le competenze digitali per i cittadini, che identifica le competenze digitali essenziali per vivere e lavorare nell'era digitale.

L'integrazione del Quadro delle competenze ArtisticMinds con questi Quadri di riferimento europei consente la creazione di moduli coerenti, innovativi e contestualizzati, garantendo anche un equilibrio tra sviluppo artistico, crescita personale e competenze professionali per i giovani artisti con disabilità intellettiva e/o neurodiversità.

La tabella seguente mostra il collegamento tra i quattro ambiti interconnessi del Quadro delle competenze ArtisticMinds - Artistico, Personale, Sociale e Professionale - e i moduli del corso.

Co-funded by
the European Union

Titolo del modulo	**Personale**	**Sociale**	**Artistico**	**Professionale**
Modulo 1: Introduzione alle menti artistiche	●	●	○	○
Modulo 2: Espressione di sé e resilienza	●	○	●	○
Modulo 3: Benessere per tutti	●	○	○	○
Modulo 4: Tecnologie digitali nel CCS	○	○	●	●
Modulo 5: Valorizzare la diversità	●	●	○	●
Modulo 6: Mentorship creativa	●	●	○	●
Modulo 7: Supportare gli artisti con disabilità intellettiva	●	●	○	○
Modulo 8: Supportare gli artisti con problemi di salute mentale	●	○	○	○
Modulo 9: Arteterapia	●	○	●	○
Modulo 10: Musicoterapia	●	○	●	○
Modulo 11: Drammaterapia	●	○	●	○
Modulo 12: Arte digitale e cultura smart	○	○	●	●
Modulo 13: Fototerapia	●	○	●	○
Modulo 14: Danza terapia	●	○	●	○

Modulo 15: Accessibilità e progettazione del CCS	•	•	•	•

Il diagramma evidenzia come ogni modulo abbia un impatto sul consolidamento e lo sviluppo delle competenze dei giovani artisti con disabilità, integrando competenze creative, riflessive, relazionali e professionali nel programma di formazione.

Attività suggerite

Attività n. 1: Mappa delle connessioni

Scopo: incoraggiare la comprensione reciproca tra i partecipanti al gruppo e identificare aree di interesse comune tra diversi ambiti professionali.

Metodo: proporre un'attività in piccoli gruppi di 4-5 persone, seguiti da una discussione plenaria. Questa attività può essere svolta sia di persona che online su piattaforme collaborative (ad esempio Miro, Padlet, Jamboard).

Durata: 30-45 minuti.

Materiali: grandi fogli di carta o poster; post-it colorati; pennarelli; una lavagna bianca.

Istruzioni: ogni gruppo riceve un grande foglio di carta e dei post-it. Il compito di ogni persona è quello di scrivere o disegnare parole, concetti o esperienze che rappresentano il proprio lavoro, i propri interessi o i valori che guidano la propria pratica professionale. Quindi, insieme agli altri membri del gruppo, disegnano linee e connessioni tra idee simili o complementari per creare una mappa visiva che evidenzi i punti di convergenza tra arte, creatività e inclusione. Al termine della fase creativa, ogni gruppo presenta la propria mappa agli altri gruppi e spiegherà le

intuizioni più significative che sono emerse. Infine, il formatore identifica i temi principali e li riassume in una mappa collettiva.

Attività n. 2: Speed networking digitale creativo

Scopo: incoraggiare l'ascolto facilitando un contatto iniziale rapido e significativo tra i partecipanti alla formazione.
Metodo: attività di coppia e attività plenarie, sia di persona che tramite piattaforme di videoconferenza con breakout room (ad esempio Zoom o Teams).
Durata: 30 minuti.
Materiali: piattaforma di videoconferenza con breakout room (ad es. Zoom o Teams); documento online condiviso (ad es. Google Docs o Padlet); carta e penne.
Istruzioni: dividere i partecipanti in coppie miste (esperti di CC e professionisti della salute mentale). Ogni partecipante ha 3-4 minuti per presentarsi e rispondere alle seguenti domande:

- Qual è il progetto di cui sei più orgoglioso?
- Quali sfide affronti nel tuo lavoro quotidiano?

Ogni partecipante deve annotare un concetto fondamentale appreso dal proprio partner nel documento online condiviso o sul proprio foglio di carta. Dopo aver ruotato le coppie tre o quattro volte, tornare alla plenaria e condividere i temi più interessanti o sorprendenti emersi.

Impatto delle competenze apprese

I giovani artisti con disabilità incontrano molte difficoltà nell'ottenere riconoscimento nel settore artistico e culturale a causa dei pregiudizi, delle barriere fisiche, organizzative e strutturali che limitano la loro partecipazione agli spazi culturali e la loro fruizione delle opere culturali

(Grassini, 2018; Shapiro, 2006; UNESCO, 2020). La ricerca nei campi dell'accessibilità culturale e degli studi sulla disabilità mostra che queste barriere sono radicate in presupposti abilisti e pratiche discriminatorie che escludono le persone con disabilità sia dalla creazione che dal consumo di esperienze artistiche e culturali (Oliver & Barnes, 2012; Campbell, 2009).

Per questo motivo, il progetto vuole contribuire alla creazione di un settore rispettoso delle differenze attraverso il coinvolgimento, l'assunzione di responsabilità e dando voce ai giovani artisti con disabilità intellettiva e/o neurodivergenti. Il progetto persegue questo obiettivo attraverso l'arte, la cultura, la creatività, le tecnologie digitali e la promozione del benessere mentale, dimensioni essenziali per lo sviluppo dell'azione, dell'identità e della professionalizzazione nei settori creativi e culturali (Nussbaum, 2011; OMS, 2021). La partecipazione ai programmi di formazione del progetto consentirà a questi artisti di sviluppare una consapevolezza culturale, nonché abilità e competenze personali, sociali, professionali e digitali che li aiuteranno a raggiungere il loro pieno potenziale come artisti emergenti e a crescere professionalmente, contrastando al contempo la discriminazione e l'emarginazione (Commissione europea, 2019; UNESCO, 2022).

Con il vostro supporto esperto, i giovani artisti con disabilità svilupperanno una serie di competenze in linea con i principali quadri di riferimento internazionali, quali LifeComp (2020), DigiComp (2022), Key Competences for Lifelong Learning (2019) e Card (2022). Queste competenze sono classificate in quattro ambiti principali:

- **Competenze personali**: legate allo sviluppo individuale e alla crescita personale. Ad esempio, la flessibilità e la capacità di

autoregolamentare le proprie emozioni, qualità essenziali per affrontare in modo equilibrato diverse situazioni lavorative.

- **Competenze sociali:** facilitano l'interazione efficace con gli altri, la costruzione di relazioni positive e la collaborazione in vari contesti. Ad esempio, l'empatia e la consapevolezza culturale.
- **Competenze artistiche:** rappresentano un insieme complesso di abilità tecniche, creative e comunicative che consentono agli artisti di esprimersi attraverso varie forme d'arte. Includono la capacità di analizzare le proprie idee, quelle degli altri e le opere artistiche.
- **Competenze professionali**: comprendono le capacità gestionali e organizzative necessarie per affermarsi come professionisti consapevoli dei propri diritti e di quelli degli altri. Sono competenze fondamentali per muoversi con successo nel mondo dell'arte.

Per promuovere lo sviluppo delle competenze sopra citate, questo corso di formazione ti fornirà le conoscenze e le competenze fondamentali necessarie per supportare efficacemente i giovani artisti con disabilità. Nei prossimi moduli imparerai come utilizzare le tecnologie digitali per valorizzare l'arte e la cultura ed esplorerai discipline artistiche specifiche come la danzaterapia. Ciò ti consentirà di migliorare le tue competenze professionali e ampliare la tua esperienza nel settore creativo. Al termine del corso sarai pienamente qualificato per agire come **mentore creativo**, guidando e sostenendo i giovani in vari campi artistici e culturali e offrendo loro opportunità illimitate di espressione personale e crescita professionale.

Risorse aggiuntive

- Aiutare le persone con disabilità a diventare artisti professionisti (video): un programma creativo che aiuta gli artisti con bisogni speciali a creare e vendere le loro opere d'arte.
- Offrire agli artisti con disabilità uno spazio per crescere (video): la storia di un centro americano che fornisce gli strumenti, lo spazio e l'ispirazione necessari per diventare artisti professionisti.
- Come Creative Growth di Oakland ha aiutato generazioni di artisti (video): breve documentario su YouTube su un centro artistico dove gli artisti con disabilità possono dedicarsi all'arte.
- L'artista che non sapeva disegnare: un film d'animazione di Danny Gregory (video): film d'animazione segue un individuo dotato di grande creatività che nasconde un segreto sulle sue capacità di disegnatore.

Riferimenti

- Card, A. J. (2022). *Il modello biopsicosociotecnico: un quadro sistemico per il miglioramento della salute incentrato sull'uomo*. Health Systems, 12(4), 387–407.
- Campbell, F. A. K. (2009). *Contorni dell'abilismo: la produzione della disabilità e dell'abilità.* Palgrave Macmillan.
- Conner, T. S., DeYoung, C. G., & Silvia, P. J. (2018). *L'attività creativa quotidiana come percorso verso la prosperità.* The Journal of Positive Psychology, 13(2), 181–189.
- Grassini, A. (2018). *L'accessibilità: La via maestra verso un'arte nuova.* In G. Cetorelli & M. R. Guido (a cura di), Il patrimonio culturale per tutti: Fruibilità, riconoscibilità, accessibilità. Quaderni della valorizzazione MiBACT.

- Commissione Europea. (2019). *Competenze chiave per l'apprendimento permanente: quadro di riferimento europeo*. Ufficio delle pubblicazioni dell'Unione Europea.
- Commissione europea. (2020). *LifeComp: Il quadro europeo per le competenze chiave personali, sociali e di apprendimento*. Ufficio delle pubblicazioni dell'Unione europea.
- Commissione europea. (2022). *DigComp: Il quadro europeo delle competenze digitali per i cittadini (versione 2.2).* Ufficio delle pubblicazioni dell'Unione europea.
- Nussbaum, M. C. (2011). *Creare capacità: l'approccio allo sviluppo umano.* Harvard University Press.
- Oliver, M., & Barnes, C. (2012). *The New Politics of Disablement.* Palgrave Macmillan.
- Shapiro, J. P. (2006). *No Pity: People with Disabilities Forging a New Civil Rights Movement.* Three Rivers Press.
- UNESCO (2020). *Cultura e COVID-19: impatto e risposta.* UNESCO Publishing.
- UNESCO (2022). *Re|Shaping Policies for Creativity Addressing culture as a global public good*. UNESCO Publishing.
- Nazioni Unite. (2006). *Convenzione sui diritti delle persone con disabilità (CRPD), articolo 30 – Partecipazione alla vita culturale, ricreativa, sportiva e al tempo libero*. Raccolta dei trattati delle Nazioni Unite. Tratto da
- OMS (2021). *Arte e salute: prove dall'Organizzazione Mondiale della Sanità*

Co-funded by the European Union

Domande di valutazione

In questa sezione troverete cinque domande per aiutarvi a verificare ciò che avete imparato in questo capitolo. Ogni domanda ha una sola risposta corretta. Le risposte sono disponibili alla fine dell'e-book.

1. Il progetto ArtisticMinds è cofinanziato dal programma Europa Creativa.
   - VERO
   - FALSO

2. I moduli di formazione devono essere completati in un ordine rigido e prestabilito.
   - VERO
   - FALSO

3. Qual è l'obiettivo principale del progetto ArtisticMinds?
   - Promuovere il turismo
   - Favorire l'inclusione e l'accessibilità nelle arti
   - Sostenere solo artisti professionisti

4. Qual è l'obiettivo principale del corso di formazione sullo sviluppo delle capacità?
   - Insegnare la gestione economica
   - Costruire una comprensione condivisa e l'inclusione
   - Formare giornalisti e critici

5. Quali sono le competenze chiave che includono l'empatia e la collaborazione?
   - Competenze artistiche
   - Competenze professionali
   - Competenze sociali

Modulo 02

Utilizzare l'arte e la cultura per facilitare l'espressione personale

MODULO 02: UTILIZZARE L'ARTE E LA CULTURA PER FACILITARE L'ESPRESSIONE PERSONALE

Obiettivi di apprendimento

Questo modulo esplora il potenziale trasformativo dell'arte e della cultura come strumenti per l'espressione di sé e lo sviluppo della resilienza tra i giovani con disabilità intellettiva e/o neurodivergenti. Allo stesso tempo, fornisce una guida pratica agli esperti (CCS) e ai professionisti (MH) per collaborare efficacemente nella progettazione e nell'attuazione di interventi inclusivi e accessibili basati sull'arte.

Partecipando al seguente modulo, sarai capace di:

- **Comprendere** i fondamenti teorici che collegano la pratica artistica allo sviluppo della resilienza nei giovani con disabilità intellettiva e/o neurodiversità, facendo riferimento alla ricerca nell'ambito degli studi sulla disabilità, della psicologia positiva e degli approcci terapeutici mediati dall'arte.
- **Spiegare** la modalità di affrontare le dimensioni della resilienza attraverso le attività artistiche e culturali, tra cui la regolazione emotiva, la connessione sociale, la formazione di un'identità positiva, il senso di scopo e le strategie di coping adattive.
- **Riconoscere** le varie barriere e sfide che possono impedire ai giovani con disabilità di accedere alla vita culturale e artistica.

Descrizione dei contenuti: opportunità e sfide

L'impegno artistico e culturale offre ai giovani con disabilità intellettiva e/o neurodiversità percorsi efficaci per l'espressione di sé e lo sviluppo della resilienza, considerando le diverse capacità cognitive e comunicative.

Co-funded by the European Union

L'espressione creativa rappresenta un bisogno e un diritto umano universale; tuttavia, i giovani con disabilità hanno storicamente affrontato ostacoli nella partecipazione alla vita artistica e culturale. É essenziale comprendere sia le opportunità concrete che le sfide persistenti per gli esperti (CCS) e per i professionisti della salute mentale (MH), che cercano di facilitare un coinvolgimento artistico di questa popolazione.

La pratica artistica fornisce modalità accessibili per l'espressione e la regolazione emotiva quando la comunicazione verbale è limitata. Molti giovani con disabilità intellettiva e/o neurodiversità hanno difficoltà a identificare e articolare emozioni complesse attraverso il solo linguaggio. La creazione di arte visiva, musica, movimento o espressione drammatica consente la manifestazione delle esperienze interne senza l'utilizzo del verbale. Il processo creativo spesso genera una regolazione emotiva, poiché l'impegno mirato attiva la consapevolezza del momento presente e fornisce una distanza psicologica dai sentimenti di angoscia (Heenan, 2006). La ricerca dimostra effetti positivi sul benessere emotivo a seguito della partecipazione alle attività artistiche, tra cui la diminuzione dell'ansia, il miglioramento dell'umore e una maggiore espressione emotiva (Martin et al., 2018).

La resilienza, nel contesto dell'arte e della cultura, emerge come la capacità di trasformare esperienze difficili in opportunità espressive, trovando percorsi alternativi per costruire narrazioni coerenti di sé.

Soprattutto per i giovani con disabilità intellettiva e/o neurodivergenti, l'attività artistica favorisce la resilienza riconoscendo modalità non verbali di conoscere, creando prove tangibili dell'azione personale, fornendo opportunità e mettendo in relazione gli individui a comunità culturali più ampie che affermano il loro valore e il loro senso di appartenenza. Il

processo creativo rispecchia lo sviluppo della resilienza, richiedendo sperimentazione e tolleranza dell'ambiguità.

Connessione sociale, identità ed empowerment attraverso l'arte

L'impegno artistico crea contesti naturali per la coesione sociale e l'appartenenza alla comunità, affrontando l'isolamento che molti giovani con disabilità possono sperimentare. Quando giovani artisti partecipano ad attività creative di gruppo, frequentano eventi culturali o collaborano a progetti, sviluppano relazioni organizzate attorno a interessi, hobby o talenti condivisi. La partecipazione alle attività artistiche facilita la connessione con comunità culturali più ampie, fornendo accesso a esperienze culturali adeguate all'età e sostenendo lo sviluppo dell'alfabetizzazione culturale e della partecipazione sociale (Johnson, 2009).

Attraverso le pratiche artistiche, le persone con disabilità hanno anche l'opportunità di sviluppare il loro senso di identità, sia come artisti che come individui. Le persone con disabilità interiorizzano comunemente messaggi sociali negativi sul loro valore e sulle loro capacità, con il risultato di un'immagine di sé stigmatizzata che enfatizza i limiti e la dipendenza (Ali et al., 2012). Quando i giovani artisti creano opere significative, ricevono riconoscimenti per i loro contributi creativi e, partecipando alle comunità artistiche, acquisiscono identità sociali che enfatizzano le capacità e la creatività piuttosto che le difficoltà. In questo senso, il settore delle arti e della cultura può essere considerato accogliente, poiché offre a tutti l'opportunità di esprimersi e affermare il proprio valore attraverso la pratica creativa.

Sviluppo delle competenze

L'impegno artistico sviluppa molteplici competenze concrete che supportano il funzionamento adattivo e la qualità della vita. Una pratica creativa strutturata consente lo sviluppo di: capacità motorie fini, coordinazione occhio-mano, pianificazione e sequenzialità, risoluzione dei problemi, attenzione sostenuta e capacità di comunicazione. Queste competenze vengono trasferite oltre i contesti artistici per supportare l'indipendenza nella vita quotidiana, il funzionamento professionale e la partecipazione alla comunità. Il consolidamento delle abilità cognitive, tra cui la consapevolezza metacognitiva e l'autoregolazione, avviene quando i giovani artisti imparano a pianificare i progetti, monitorare i progressi, adeguare gli approcci quando sorgono difficoltà e riflettere sui loro processi creativi (Nota et al., 2007).

Le raccolte di lavori creati nel tempo documentano la crescita e lo sviluppo, sostenendo la memoria autobiografica e le narrazioni coerenti della vita che spesso sono difficili per le persone con disabilità intellettive (Valiente et al., 2017). I giovani artisti possono rivedere il proprio lavoro in modo indipendente, rafforzando l'apprendimento e sostenendo la riflessione continua al di là del tempo formale del programma.

Nonostante queste opportunità, alcune sfide sostanziali limitano la realizzazione del potenziale dell'impegno artistico per i giovani con disabilità. L'esclusione spesso parte dalle istituzioni artistiche e culturali tradizionali creando barriere sistemiche alla partecipazione. Molte organizzazioni artistiche mancano di accessibilità fisica, comunicativa e cognitiva per le persone con esigenze specifiche. Il personale è formato in modo inadeguato per supportare le persone con disabilità intellettive e/o neurodivergenti o nutrire pregiudizi inconsci su chi possa essere un artista,

con conseguente rifiuto, supporto inadatto o finta accoglienza che impedisce di fornire un autentico coinvolgimento artistico.

Inoltre, le questioni di autonomia e controllo rappresentano sfide costanti. I giovani con disabilità intellettive e/o neurodivergenti hanno spesso opportunità limitate di autodeterminazione nella vita quotidiana, con decisioni prese dalla famiglia, dai tutori legali o dai fornitori di servizi (Shogren et al., 2015). Nel contesto artistico, le persone di supporto possono assumere senza volerlo il controllo delle attività, prendendo decisioni sulle visioni creative invece di seguire l'esempio del giovane artista. Stabilire una vera e propria co-creazione in cui i giovani artisti mantengano la paternità primaria delle opere pur ricevendo un sostegno adeguato richiede abilità, intenzionalità e una riflessione continua da parte dei professionisti.



Figura 2 In primo piano, un tavolo con materiali decorativi (come ad esempio perline, colla, matite, forbici) e sullo sfondo due donne e un uomo impegnati in attività creative. Foto generata dall'intelligenza artificiale - Midjourney v6, 2025

Attività suggerite

Le seguenti attività sono state ideate per facilitare e concretizzare l'espressione di sé e lo sviluppo della resilienza. Ogni attività mette in risalto

l'importanza della pratica artistica, offre strategie di supporto per abilità differenti e crea opportunità per lo sviluppo delle competenze, la connessione sociale e l'espressione creativa.

Attività n. 1: Creazione di simboli personali

Scopo: consentire agli esperti (CCS) e ai professionisti (MH) di comprendere e mettere in pratica attività di esplorazione dell'identità con giovani affetti da disabilità intellettiva e/o neurodiversità. Questa attività formativa aiuta gli esperti e i professionisti ad apprendere come sostenere l'autorappresentazione attraverso simboli visivi e come sviluppare competenze nell'istruzione personalizzata.
Metodo: attività individuale con il sostegno dei pari, seguita da riflessione e discussione di gruppo in presenza.
Durata: 30 minuti.
Materiali: vari materiali artistici, tra cui pennarelli, matite colorate, materiali per collage, carte ruvide, forbici, colla, carta o piccole tele, esempi di simboli e loghi di varie culture e contesti, tablet o telefoni per immagini di riferimento.
Istruzioni:

- **Fase 1:** Il facilitatore introduce il concetto di simboli personali (3 minuti), mostrando diversi esempi e spiegando come questa attività supporti lo sviluppo dell'identità dei giovani con disabilità intellettive e/o neurodivergenti, che possono avere difficoltà nell'esprimersi verbalmente.
- **Fase 2:** I partecipanti identificano due o tre elementi che rappresentano la loro identità professionale o i loro valori (approcci preferiti al lavoro con i giovani, valori professionali fondamentali o aspetti significativi della loro pratica) (5 minuti).

- **Fase 3:** Ogni professionista crea un simbolo personale utilizzando i materiali disponibili, sperimentando in prima persona il processo creativo che faciliteranno con i giovani artisti (15 minuti). L'obiettivo è sulla sperimentazione.
- **Fase 4:** momento di condivisione in cui i partecipanti osservano i simboli degli altri (3 minuti).
- **Fase 5:** Riflessione di gruppo (4 minuti) con discussione mediata dal facilitatore: Quali sfide avete affrontato? In che modo queste possono essere sviluppate per i giovani con disabilità intellettive e/o neurodivergenti? Quali adattamenti o strategie di supporto renderebbero questa attività più accessibile? Come potete strutturare questa attività in più sessioni? Ricordare ai partecipanti di considerare come questa attività rafforzi l'autostima e offra opportunità di comunicazione non verbale ai giovani artisti con disabilità intellettive e/o neurodivergenti.

Attività n. 2: Progetto di esplorazione del patrimonio culturale

Scopo: fornire agli esperti (CCS) e ai professionisti (MH) le competenze necessarie per progettare e facilitare attività artistiche rispettose delle differenze culturali che rafforzino l'identità culturale e la resilienza dei giovani con disabilità intellettiva e/o neurodiversità. Questa attività dimostra come il contesto culturale condiviso funga da fattore protettivo e rafforzi il senso di appartenenza alla comunità.

Metodo: attività individuale o in coppia, che trova conclusione nella discussione di gruppo e nella condivisione delle risorse in presenza.

Durata: 30 minuti.

Materiali: Materiale artistico, tra cui pennarelli, matite colorate, ritagli di tessuto, materiale di riferimento culturale (libri, immagini stampate di

forme d'arte culturale), carta, tablet o telefoni per la ricerca, fogli di lavoro per la pianificazione delle attività.

Istruzioni:

- **Fase 1:** Il facilitatore presenta le ragioni del lavoro sul patrimonio culturale con i giovani con disabilità intellettiva e/o neurodiversità (3 minuti), sottolineando come il contesto culturale condiviso costruisca l'identità, la resilienza e le relazioni intergenerazionali. Proporre una discussione sulle opere provenienti da contesti culturali differenti evitando gli stereotipi.
- **Fase 2:** I partecipanti identificano una tradizione culturale, una forma d'arte o una pratica del proprio contesto culturale o che hanno incontrato professionalmente (2 minuti). Svolgendo l'attività in modo individuale o in coppia, i partecipanti creano una rappresentazione visiva o un prototipo di come questo elemento culturale potrebbe essere insegnato ai giovani artisti con disabilità intellettive (12 minuti). Considerazioni: Quali materiali sono necessari? Quali adattamenti garantiscono l'accessibilità? Come possono essere coinvolti i membri della famiglia/comunità?
- **Fase 3:** Condivisione in piccoli gruppi (10 minuti) attraverso la presentazione dell'idea di attività culturale di ogni partecipante e attraverso i feedback dei colleghi. I gruppi condividono considerazioni pratiche: come interagire in modo rispettoso con culture diverse dalla nostra? Quali collaborazioni supportano l'apprendimento culturale? Come possiamo garantire che le attività rispettino la cultura?
- **Fase 4:** Il facilitatore conduce una riflessione conclusiva (3 minuti) sui punti chiave: strategie per una pratica rispettosa delle differenze culturali, importanza del coinvolgimento delle famiglie e dei membri

della comunità culturale, modi per adattare pratiche culturali complesse a diversi livelli di abilità e il contributo dell'identità culturale a favore della resilienza dei giovani con disabilità intellettive e/o neurodivergenti.

Impatto delle competenze apprese

L'impegno artistico e culturale ha un profondo impatto sulla vita e sullo sviluppo dei giovani con disabilità intellettiva e/o neurodiversità in molteplici dimensioni essenziali per la resilienza e il benessere. Comprendere questi impatti e attuare programmi che valorizzano i benefici, affrontando anche le sfide, richiede attenzione sia alle esigenze di sviluppo individuali sia ai fattori sistemici più ampi che determinano le opportunità e i risultati per questa popolazione.

Formazione dell'identità e sviluppo del concetto di sé

L'impegno artistico e culturale sostiene lo sviluppo positivo dell'identità, fornendo ai giovani identità sociali alternative come artisti, musicisti, ballerini o professionisti creativi. Quando i giovani artisti con disabilità intellettive creano opere, espongono o si esibiscono in pubblico e partecipano a comunità artistiche, accedono a ruoli sociali e identità che mettono in risalto le capacità e il contributo. La ricerca di Parr (2006) sulla partecipazione alle arti e la salute mentale dimostra che la pratica creativa sostiene la costruzione di identità apprezzate che migliorano il benessere e riducono gli impatti negativi delle etichette stigmatizzanti.

Regolazione emotiva e salute mentale

Gli approcci mediati dall'arte forniscono percorsi accessibili per l'espressione e l'elaborazione emotiva adattabili alle diverse capacità cognitive e comunicative. L'espressione attraverso l'arte visiva, la musica, il

movimento o il teatro consente ai giovani di manifestare esperienze emotive difficili da comprendere o esprimere verbalmente. Il processo creativo genera una regolazione emotiva, poiché l'attività pratica con i materiali artistici attiva la consapevolezza del momento presente e fornisce una distanza psicologica dai pensieri o dai sentimenti angoscianti (Heenan, 2006).

Connessione sociale e senso di appartenenza

I programmi artistici e culturali creano contesti naturali per la connessione sociale, organizzati attorno a interessi creativi condivisi. Quando i giovani con disabilità intellettive partecipano a gruppi artistici, frequentano insieme eventi culturali o collaborano a progetti creativi, sviluppano relazioni basate su interessi comuni e sul reciproco piacere delle attività creative. Queste relazioni possono evolversi in amicizie autentiche caratterizzate da reciprocità, esperienze condivise al di là del contesto del programma e legami emotivi che aumentano la soddisfazione di vita.

Risorse aggiuntive

- "Un artista disabile che comunica attraverso la pittura" (video): intervista su YouTube presenta un artista con una disabilità fisica che utilizza la pittura come principale modalità di espressione di sé. Offre una testimonianza di come l'arte diventi un mezzo per esprimere la propria identità, la propria voce e la propria resilienza.
- "Arte e cultura per l'inclusione: una revisione sistematica sui bambini con disabilità" (articolo): revisione sistematica del 2025 dell'UNICEF esamina i programmi basati sull'arte e la cultura per i bambini con disabilità, analizzandone i contesti, i risultati e le lacune nelle prove

scientifiche. Utile per comprendere il supporto empirico delle iniziative inclusive nel campo dell'arte e della cultura.

Riferimenti

- Ali, A., Hassiotis, A., Strydom, A. e King, M. (2012). *Auto-stigmatizzazione nelle persone con disabilità intellettive e stigmatizzazione di cortesia nei familiari che prestano assistenza: una revisione sistematica*. Ricerca sulle disabilità dello sviluppo, 33(6), 2122-2140.
- Heenan, D. (2006). *L'arte come terapia: un modo efficace per promuovere la salute mentale positiva?* Disabilità e società, 21(2), 179–191.
- Johnson, Louise. (2009). *Valorizzare l'arte e la cultura nella comunità*. Asia Pacific Journal of Arts and Cultural Management Vol. 6 Numero 2, 471-487.
- Martin, L., Oepen, R., Bauer, K., Nottensteiner, A., Mergheim, K., Gruber, H., & Koch, S. C. (2018). *Interventi artistici creativi per la gestione e la prevenzione dello stress: una revisione sistematica*. Scienze comportamentali, 8(2), articolo 28.
- Morales-Valiente, C., Manzanero, A., Wong, A., Gómez-Gutiérrez, M., Iglesias, A., Barón, S., & Álvarez, M. A. (2017). *Stabilità della memoria autobiografica nei giovani con disabilità intellettive*. Anuario de Psicología Jurídica, 27, 79–84.
- Nota, L., Ferrari, L., Soresi, S., & Wehmeyer, M. (2007). *Autodeterminazione, abilità sociali e qualità della vita delle persone con disabilità intellettiva*. Journal of Intellectual Disability Research, 51(11), 850–865.
- Parr, H. (2006). *Salute mentale, arte e appartenenza*. Transactions of the Institute of British Geographers, 31(2), 150-166.

- Shogren, K. A., Wehmeyer, M. L., Palmer, S. B., Forber-Pratt, A. J., Little, T. J., & Lopez, S. (2015). *Teoria dell'agenzia causale: riconcettualizzazione di un modello funzionale di autodeterminazione.* Istruzione e formazione nell'autismo e nelle disabilità dello sviluppo, 50(3), 251-263.

Domande di valutazione

In questa sezione troverete cinque domande per aiutarvi a verificare ciò che avete imparato in questo capitolo. Ogni domanda ha una sola risposta corretta. Le risposte sono disponibili alla fine dell'e-book.

1. La pratica artistica può aiutare a sviluppare la regolazione emotiva e le relazioni sociali nei giovani con disabilità intellettiva e/o neurodiversità.
   - VERO
   - FALSO

2. L'arte come terapia e l'arte come pratica creativa autentica sono la stessa cosa e hanno scopi identici.
   - VERO
   - FALSO

3. Quale area della resilienza viene sostenuta attraverso la partecipazione alle arti?
   - Maggiore competizione tra pari
   - Regolazione emotiva e strategie di coping
   - Riduzione delle capacità comunicative

4. Qual è l'obiettivo principale nelle attività artistiche rispettose delle differenze?
   - Concentrarsi solo sulle abilità tecniche
   - Dare priorità alle spiegazioni verbali

- Incoraggiare l'espressione autentica di sé

5. In che modo l'impegno artistico sostiene la formazione dell'identità?
   - Promuovendo l'identità dell'artista come capace e creativo
   - Rafforzando la dipendenza dai caregiver
   - Riducendo al minimo la consapevolezza di sé

Artistic Minds

Modulo 03

Utilizzare l'arte e la cultura per migliorare il benessere individuale

MODULO 03: UTILIZZARE L'ARTE E LA CULTURA PER MIGLIORARE IL BENESSERE INDIVIDUALE

Obiettivi di apprendimento

Questo modulo esplora il potenziale che possono avere l'approccio artistico-culturale nel migliorare il benessere mentale e fisico delle persone, contribuendo così a ridurre lo stress e i problemi di salute mentale. L'arte e la cultura migliorano il benessere individuale, ad esempio potenziando la salute del cervello attraverso l'espressione creativa, riducendo lo stress e l'ansia, rafforzando l'autostima, creando legami sociali e fornendo sbocchi terapeutici per l'elaborazione delle emozioni.

Partecipando al seguente modulo, sarai capace di:

- **Identificare** in che modo la partecipazione ad attività artistiche e culturali promuove il benessere mentale, emotivo e fisico.
- **Applicare** pratiche creative per migliorare l'autostima, le relazioni sociali e la riduzione dello stress in gruppi eterogenei.
- **Progettare** attività artistiche semplici e inclusive che favoriscano il benessere dei giovani con disabilità intellettive e/o neurodivergenti.

Descrizione dei contenuti: opportunità e sfide

L'arte e la cultura svolgono un ruolo fondamentale nel sostenere il benessere delle persone. Le attività creative - come la pittura, la musica, il teatro, la danza, la narrazione, le arti visive e altro ancora - offrono agli individui uno strumento per esprimere le proprie emozioni, sviluppare la consapevolezza di sé e provare gioia e senso di appartenenza. Il coinvolgimento in attività artistiche fornisce appagamento personale e

migliora anche la salute mentale, le relazioni sociali e la coesione della comunità.

La ricerca empirica dimostra gli effetti positivi della partecipazione alle pratiche culturali e artistiche. Ad esempio, alcuni studi hanno dimostrato che l'arteterapia può ridurre i sintomi di ansia e depressione, migliorare la regolazione emotiva e promuovere il benessere psicologico generale (Fancourt & Finn, 2019). Inoltre, il coinvolgimento in pratiche artistiche è stato collegato a un miglioramento delle funzioni cognitive, all'equilibrio emotivo e a una maggiore soddisfazione di vita (Stuckey & Nobel, 2010). Il National Endowment for the Arts (NEA) negli Stati Uniti ha scoperto che le persone che si dedicano ad attività culturali godono di una migliore salute mentale, di migliori relazioni sociali e di un maggiore senso di appartenenza alla propria comunità (Clift & Camic, 2016).

L'Organizzazione Mondiale della Sanità ha riconosciuto la partecipazione culturale come un fattore determinante per la salute, affermando che promuove la stimolazione cognitiva, il coinvolgimento nella vita sociale e il benessere emotivo (Fancourt & Finn, 2019). Questo è vero soprattutto per le popolazioni emarginate, come gli anziani, le persone con disabilità e coloro che soffrono di malattie croniche. Per queste persone le attività artistiche sono strumenti potenti per costruire relazioni sociali e promuovere un senso di scopo personale. Il processo creativo è un modo per sviluppare consapevolezza, offrendo ai partecipanti una tregua dallo stress e dall'ansia.

Nel caso delle persone con disabilità, l'arte fornisce forme alternative di espressione di sé. Le modalità di comunicazione non verbale attraverso l'arte, la danza o la musica consentono ai partecipanti di esprimere emozioni, desideri ed esperienze che potrebbero essere difficili da

manifestare a parole. Gli studi hanno dimostrato che l'arteterapia può promuovere un senso di autonomia, indipendenza e autostima nelle persone con disabilità fisiche o dello sviluppo (Creech et al., 2013). Ad esempio, un programma nel Regno Unito chiamato Arts for Health utilizza laboratori creativi per sostenere la salute mentale delle persone con difficoltà di apprendimento, portando a una maggiore autostima e a una maggiore interazione sociale tra i partecipanti (Fancourt, 2020).



Figura 3 Giovane artista con disabilità che modella l'argilla e sorride. Sullo sfondo c'è un ragazzo con disabilità che sta seduto, ha delle cuffie e ride. Foto generata dall'intelligenza artificiale - Midjourney v6, 2025

Allo stesso modo, l'integrazione di attività culturali in contesti sanitari è risultata vantaggiosa. Programmi che integrano attività artistiche, come la pittura, la musicoterapia e il teatro, sono state utilizzati in ospedali e strutture di salute mentale per ridurre lo stress e migliorare la resilienza emotiva dei pazienti (Bosch, 2015). L'arte può fornire un senso di controllo e autonomia ai pazienti che altrimenti sarebbero limitati dalla malattia o

dall'istituzionalizzazione. Il processo di creazione o di esperienza artistica può offrire benefici terapeutici spostando l'attenzione dal dolore o dall'ansia, favorendo il rilassamento e migliorando la regolazione emotiva (Creech et al., 2013).

Tuttavia, permangono diverse sfide. Barriere strutturali, come l'accessibilità limitata agli spazi culturali, la formazione insufficiente dei facilitatori nelle metodologie rispettose delle differenze e la mancanza di riconoscimento istituzionale del potenziale terapeutico dell'arte, continuano a ostacolare l'implementazione di programmi di benessere basati sull'arte. Ad esempio, le persone che vivono in zone rurali o economicamente svantaggiate possono avere un accesso limitato alle risorse culturali, e i gruppi emarginati possono avere difficoltà a trovare facilitatori formati in pratiche inclusive in grado di soddisfare le loro esigenze specifiche. Inoltre, la valutazione dei risultati in termini di benessere negli interventi basati sull'arte rimane complessa e spesso richiede approcci interdisciplinari che valutino sia misure soggettive che oggettive dell'impatto (Creech et al., 2013). Ciò può includere il monitoraggio dei miglioramenti della salute mentale, dell'integrazione sociale e persino di misure fisiologiche come la riduzione della pressione sanguigna o dei livelli di cortisolo.

Nonostante queste sfide, esistono opportunità quando i professionisti e le organizzazioni adottano approcci rispettosi delle differenze e incentrati sulla persona per garantire che tutti possano impegnarsi in modo significativo con l'arte e la cultura. Le migliori pratiche includono l'offerta di laboratori accessibili, la formazione di facilitatori per lavorare con popolazioni diverse e la collaborazione con organizzazioni sanitarie e comunitarie per creare spazi che promuovano la partecipazione. Ad esempio, The Art Room, un ente di beneficenza con sede nel Regno Unito,

utilizza attività creative per sostenere i giovani che affrontano difficoltà di salute mentale, fornendo loro uno spazio sicuro per esprimersi e sviluppare capacità di coping. Allo stesso modo, iniziative come Art Beyond Sigh rendono l'arte e la cultura più accessibili alle persone non vedenti o ipovedenti, aiutandole a interagire con le arti in modo coerente con le loro esigenze specifiche.

Integrando l'arte come linguaggio comune, possiamo colmare le differenze, promuovere l'empatia e rafforzare il benessere della comunità. L'arte offre un modo universale per mettere in relazione le persone al di là delle divisioni culturali, linguistiche e sociali, consentendo agli individui di condividere esperienze e prospettive che altrimenti potrebbero rimanere nascoste. In questo modo, l'impegno culturale e artistico svolge un ruolo cruciale nel promuovere sia il benessere individuale che la resilienza collettiva, l'empatia e la coesione sociale.

Attività suggerite

Attività n. 1: Fotografia consapevole: esercitare l'osservazione e aumentare il benessere attraverso la fotografia

Scopo: migliorare nei partecipanti l'auto-osservazione, l'espressione emotiva e la connessione con il presente attraverso semplici attività fotografiche, che saranno poi proposte ai giovani con disabilità. Al termine del laboratorio, i partecipanti sapranno:

- Definire gli elementi chiave della consapevolezza.
- Comprendere la relazione tra fotografia e consapevolezza di sé
- Sperimentare il metodo nella pratica e valutare i benefici.
- Progettare le attività per persone con disabilità, utilizzando la fotografia.

- Riconoscere come la fotografia contribuisca a migliorare la salute mentale, la fiducia in sé stessi e l'espressione emotiva.

Metodo: questo laboratorio fornisce ai partecipanti l'opportunità di sperimentare e apprendere in prima persona come utilizzare la fotografia come strumento per la consapevolezza e lo sviluppo di capacità cognitive.

Durata: 60 minuti.

Materiali: fotocamera di cellulare/tablet; foto stampate con esempi per dare ispirazione; schermo per la proiezione di video; spazio tranquillo all'aperto o al chiuso per la fotografia; quaderno e pennarelli per la riflessione; fogli di lavoro.

Istruzioni:

- **Fase 1 Introduzione (15 minuti):** dare il benvenuto a tutti e fare una breve presentazione con esempi e video dimostrativi su cosa sia la fotografia consapevole. Segue un esercizio di respirazione consapevole in quattro fasi.
  - *Pausa*: chiedete ai partecipanti di sedersi comodi, rilassare le spalle e lasciare le mani riposare lungo i fianchi.
  - *Respirazione*: chiedete ai partecipanti di respirare attraverso il naso, di percepire l'aria fresca che entra nel loro corpo.
  - *Trattenere il respiro*: chiedete ai partecipanti di trattenere il respiro, come per immortalare un momento in una fotografia.
  - *Espirazione*: chiedete ai partecipanti di espirare attraverso la bocca, lasciando andare ogni tensione.

  Ripetere questo ciclo 2-3 volte. Al termine, invitare tutti ad aprire gli occhi, pronti a osservare il mondo con attenzione.
- **Fase 2 Esplorazione e fotografia (20 minuti):** Attività: "Una foto - Un'istantanea". Lo scopo di questa attività è consentire la connessione con il "presente" e l'ambiente naturale attraverso i

propri sensi e di apprezzare il momento (ad esempio, una luce irregolare, una foglia strappata, un'ombra che cade in modo inaspettato). La fotografia consapevole richiede di osservare la realtà così come appare, anche se è disordinata, semplice o non perfetta. I partecipanti sono incoraggiati a camminare (all'interno o all'esterno), a osservare con tutti i loro sensi e ad accettare la scena così com'è, senza cercare di renderla perfetta. In particolare, chiedete ai partecipanti di scattare foto di:

- Qualsiasi cosa attiri naturalmente la loro attenzione (luce, colori, forme, texture)
- Scene naturali (alberi, cielo, piante, pietre)
- Qualcosa che dia loro un senso di pace o calma
- Qualcosa che stimoli la loro curiosità
- Piccoli dettagli che di solito trascurano
- Oggetti di uso quotidiano (una tazza, una finestra, una sedia, un sentiero)

Puoi anche suggerire ai partecipanti di:

- Osservare l'ambiente senza fretta, in modo da poter notare più dettagli e sentirsi più presenti.
- Rimanere fermi per alcuni minuti prima di premere il pulsante, poiché ciò incoraggia una scelta calma e intenzionale.
- Evitare di zoomare, in modo da poter vedere il soggetto da diverse angolazioni.
- Lavorare con la luce naturale e le condizioni reali.
- Evitare di usare filtri e modifiche, poiché l'obiettivo è catturare la realtà senza alterarla.
- C Stare senza pensare a ciò che è bello o buono, perché la fotografia consapevole consiste nell'osservare.

- **Fase 3 Discussione - Riflessione (10 minuti):** I partecipanti condividono in piccoli gruppi o in coppia con domande fatte a vicenda:
  - Cosa hai notato?
  - Cosa hai provato?
  - Come cambia il rapporto con lo spazio quando sei presenti?
- **Fase 4 Conclusione – Feedback (15 minuti):** Infine, condurre una discussione di gruppo riflettendo su come questa pratica possa essere applicata nelle organizzazioni dei partecipanti e apportare benefici alle persone che assistono nella loro vita lavorativa quotidiana.

Attività n. 2: Storytelling Clay

Scopo: Sperimentare le sfide emotive e fisiche che le persone con disabilità possono affrontare quando partecipano ad attività creative o di apprendimento, promuovendo l'empatia e riflettendo su come rendere i laboratori più accessibili e rispettosi delle differenze.
Metodo: apprendimento esperienziale attraverso la simulazione, la creazione tattile e la narrazione collaborativa. Approccio: "Sentire → Creare → Riflettere → Adattare".

- Mantenere la sicurezza e il comfort: consentire ai partecipanti di rimuovere gli strumenti di simulazione in caso di disagio.
- Promuovere l'empatia: ovvero comprendere le esperienze dell'altro nella loro unicità.
- Incoraggiare l'osservazione: evidenziare le espressioni non verbali, la collaborazione e i meccanismi di coping.
- Facilitare una riflessione profonda: integrare la dimensione emotiva nella pratica professionale. Concludere in modo positivo: evidenziare

come il rispetto per le differenze possa iniziare dalla consapevolezza, dalla flessibilità e dall'empatia.

Durata: 45 minuti.

Materiali:

- Argilla essiccabile all'aria o modellabile (vari colori)
- Guanti o calzini monouso (per simulare un movimento limitato delle mani)
- Bende o maschere per dormire
- Tappi per le orecchie o cuffie (per simulare difficoltà uditive)
- Carta e pennarelli (per appunti di riflessione)
- Tavolo o superficie ampia per esporre le creazioni
- Musica soft (facoltativa, per creare atmosfera)
- Lavagna a fogli mobili o lavagna bianca

Istruzioni:

- **Fase 1 Introduzione (5 minuti):** Dare il benvenuto ai partecipanti e presentare il laboratorio, spiegando che l'obiettivo della giornata è permettere ad ogni persona di impegnarsi in attività creative in base alle proprie capacità. Quindi invitare il gruppo a realizzare una piccola statuetta di argilla. Questo esercizio vuole offrire un'esperienza diretta delle difficoltà concrete nella creazione artistica. É importante ricordare che lo scopo di questo esercizio è promuovere l'empatia, ovvero la capacità di comprendere il punto di vista dell'altro. Questa comprensione può essere utilizzata per progettare ambienti più accessibili e accoglienti che soddisfino le esigenze di tutti.
- **Fase 2 Assegnazione degli scenari (5 minuti):** ogni partecipante (o coppia) riceve una descrizione che presenta una persona con disabilità. Assegnare una "simulazione" corrispondente alla disabilità

descritta (ad esempio, benda, guanti, tappi per le orecchie). Esempi di descrizioni sono:

a) Maria – ha una mobilità limitata della mano destra dopo un ictus.
b) Alex – è una persona con cecità che usa il tatto per creare.
c) Eleni – è una persona con ipoacusia e fatica a comprendere le istruzioni verbali.
d) George – è una persona con autismo e ha difficoltà con i cambiamenti imprevisti o i rumori forti.
e) Nina – è una persona con disabilità intellettiva e impara meglio attraverso una guida nei passaggi delle azioni.
f) Panos – è una persona con disabilità motoria usa una sedia carrozzina e ha difficoltà a raggiungere i materiali posizionati lontano.

- **Fase 3 Creazione con l'argilla (15 minuti):** chiedere ai partecipanti di creare una statuetta di argilla che simboleggi la storia del personaggio della descrizione, ad esempio "Il primo giorno di lavoro di Maria" o "Alex scopre un nuovo hobby". Incoraggiare a concentrarsi sulle sensazioni e sull'esperienza, non sulla perfezione.
- **Fase 4 Racconto di gruppo (10 minuti):** tutti i partecipanti posizionano le loro creazioni in argilla su un tavolo centrale. Come gruppo, creano insieme una storia collettiva che collega tutti gli oggetti (ad esempio, "Una giornata in un centro artistico inclusivo"). È possibile facilitare il racconto ponendo le seguenti domande: cosa collega questi oggetti? In che modo questi personaggi si aiutano a vicenda? Quali ostacoli devono affrontare insieme?
- **Fase 5 Riflessione e confronto (10 minuti):** Guidare una discussione finale sugli ostacoli incontrati durante l'esercizio, le emozioni provate e le soluzioni proposte. Utilizza domande di riflessione guidate:

- Quali emozioni sono emerse durante l'attività?
- Quali ostacoli avete incontrato?
- Cosa avete provato senza avere pieno accesso o una comunicazione chiara?
- Cosa avrebbe facilitato la partecipazione?
- Come adattare i laboratori reali per garantire la partecipazione?

Attività n. 3: Colorare i paesaggi sonori

Scopo: esplorare come la combinazione di suoni e colori possa favorire l'espressione emotiva, la consapevolezza e la regolazione. Aiutare i partecipanti a sperimentare un metodo creativo che potranno adattare alle persone con disabilità.

Metodo: attività guidata di ascolto creativo e pittura, seguita da una riflessione di gruppo e una discussione sull'adattamento.

Durata: 60 minuti.

Materiali: carta, acquerelli, matite colorate o pennarelli, lettore audio o altoparlante, playlist curata con 3-4 brani musicali/sound cape contrastanti (ad esempio rilassanti, gioiosi, malinconici, ritmati).

Istruzioni:

- **Fase 1 Introduzione (5 min):** il formatore spiega come i nostri sensi, in particolare l'udito e la vista, influenzano le nostre emozioni. Il formatore descrive come suoni diversi possano farci sentire calmi, tesi, felici o riflessivi e come anche i colori possano esprimere o amplificare tali emozioni. L'obiettivo è aiutare i partecipanti a comprendere che:
  - Il suono può suscitare reazioni emotive (ad esempio, i ritmi veloci possono dare energia, i toni morbidi possono calmare).

- I colori possono rappresentare ed esprimere emozioni (ad esempio, i colori caldi possono indicare eccitazione, mentre quelli freddi possono indicare calma).
- La combinazione di udito e vista permette alle persone di esprimere i propri sentimenti in modo creativo.
  Il formatore invita i partecipanti a notare le loro reazioni interne - come si sente il corpo, quali emozioni sorgono - e a usare colori e forme per esprimere tali reazioni durante l'attività.

- **Fase 2 Ascolto e pittura (25 min):** I partecipanti ascoltano tre brevi paesaggi sonori (ambiente acustico della natura e degli animali) per 2-3 minuti ciascuno. Dopo ogni ascolto l'invito è dedicare cinque minuti a dipingere l'emozione generata dal, utilizzando solo colori e forme. Incoraggiare l'espressione libera e intuitiva.
- **Fase 3 Riflessione di gruppo (15 min):** In piccoli gruppi o tutti insieme:
  - Quali emozioni ha suscitato ogni suono?
  - Come sono state espresse queste emozioni attraverso i colori e i segni?
  - Come adattare questa esperienza alle persone con disabilità intellettive e/o neurodivergenti?
  - Che tipo di adattamenti potrebbero essere necessari (ad esempio, istruzioni più semplici, durata più breve, uso di icone emotive, ecc.
- **Fase 4 Discussione sull'applicazione (15 min):** In piccoli gruppi, i partecipanti riflettono sugli adattamenti dell'attività per le persone con disabilità (ad esempio, sessioni più brevi, istruzioni più semplici, uso di carte delle emozioni, scelta guidata dei colori). Approfondire

l'uso delle sessioni di gruppo come strumento per il riconoscimento delle emozioni, la regolazione sensoriale o il rilassamento.

Impatto delle competenze apprese

Integrare l'arte nelle attività con giovani artisti con disabilità intellettiva e/o neurodivergenti può migliorare significativamente il loro benessere generale. È stato dimostrato che la partecipazione ad attività creative favorisce l'espressione emotiva, riduce lo stress, rafforza la fiducia in sé stessi e promuove il senso di identità e appartenenza. Inoltre, impegnarsi in pratiche culturali e artistiche condivise incoraggia anche le relazioni sociali, aumenta la motivazione e contribuisce allo sviluppo cognitivo ed emotivo.

Affinché questi effetti positivi possano realizzarsi, gli esperti della salute mentale (MH) e del settore culturale/creativo (CCS) sono incoraggiati a:

- **Creare ambienti che accolgono le emozioni.**
  Un ambiente accogliente favorisce la sensazione di sicurezza, accettazione, rispetto e libertà. Questo avviene stabilendo routine prevedibili, utilizzando una comunicazione chiara e accessibile, offrendo possibilità di scelta e assicurando che lo spazio fisico soddisfi diverse esigenze sensoriali (ad esempio, angoli tranquilli, illuminazione soffusa, materiali accessibili). La sicurezza emotiva deriva anche da interazioni calorose e coerenti, in cui i facilitatori ascoltano, convalidano i sentimenti e danno l'esempio di rispetto e pazienza.
- **Incoraggiare la partecipazione sociale e il sostegno reciproco tra i giovani artisti.**
  È importante progettare attività che richiedono collaborazione, come murales di gruppo, musica d'insieme o spettacoli co-creati. I

facilitatori possono stimolare il turno di parola, il processo decisionale condiviso e il confronto tra pari. Compiti in coppia o di gruppo, tutoraggio tra pari e momenti strutturati in cui gli artisti possono apprezzare e discutere il lavoro degli altri per costruire fiducia, empatia e senso di appartenenza all'interno del gruppo.

- **Riconoscere e valorizzare la comunicazione non verbale come parte fondamentale dell'espressione di sé.**
  Riconoscere i gesti, le espressioni facciali, i movimenti, il ritmo o le preferenze sensoriali come contributi significativi. I facilitatori possono rispondere a queste forme di espressione con curiosità e affermazione, attribuendo loro lo stesso valore della comunicazione verbale.
- **Adattare le sessioni alle diverse esigenze sensoriali e cognitive.**
  Ad esempio, utilizzare il ritmo e la ripetizione per favorire la concentrazione, fornendo programmi visivi o indicazioni per strutturare le attività, offrendo materiali tattili per il coinvolgimento sensoriale e suddividendo i compiti in passaggi più piccoli e gestibili. La flessibilità nel ritmo e nello stile di comunicazione garantisce che ogni partecipante possa impegnarsi in modo confortevole.
- **Rafforzare una prospettiva basata sui punti di forza.**
  Mettere in evidenza le capacità, gli interessi e il potenziale creativo di ogni giovane artista. Celebrare i piccoli successi, offrire incoraggiamento personalizzato ed esporre le opere d'arte completate contribuisce a migliorare l'autostima e la resilienza.

Integrando questi approcci - sicurezza emotiva, strutture sociali inclusive, riconoscimento di diversi stili di comunicazione, adattamenti sensoriali/cognitivi e facilitazione basata sui punti di forza - i professionisti

contribuiscono allo sviluppo globale dei giovani artisti. Queste pratiche promuovono il benessere della collettività, la resilienza, la gioia e un profondo senso di appartenenza, garantendo che tutti i partecipanti possano crescere in contesti culturali e artistici.



Figura 4 Uomo con disabilità fisica che è impegnato ad usare con soddisfazione la macchina fotografica. Foto di Kawee da Stock Adobe

Risorse aggiuntive

- "Creative Health: The Arts for Health and Wellbeing" (Salute creativa: le arti per la salute e il benessere) – Gruppo parlamentare britannico interpartitico su arte, salute e benessere (2017): documento che dimostra come le attività artistiche – tra cui musica, arti visive e performative, artigianato, danza e attività culturali – migliorino la salute e il benessere in tutte le fasi della vita, aiutando a prevenire le malattie, sostenendo il recupero e la gestione delle condizioni a lungo termine e può ridurre i costi per i sistemi sanitari e di assistenza sociale.
- Organizzazione Mondiale della Sanità (2019). *Quali sono le prove del ruolo delle arti nel miglioramento della salute e del benessere?*: Una revisione esplorativa delle prove globali provenienti da oltre 3.000

studi che dimostrano come il coinvolgimento nelle arti sostenga in modo significativo la promozione della salute, prevenendo le malattie e aiutando nella gestione e nel trattamento delle malattie in tutte le fasi della vita delle persone.

Riferimenti

- Clift, S., & Camic, P. M. (Eds.). (2016). *Oxford textbook of creative arts, health, and wellbeing: International perspectives on practice, policy, and research*. Oxford University Press.
- Creech, A., Hallam, S., McQueen, H., & Varvarigou, M. (2013). *Il potere della musica nella vita degli anziani.* Ricerche *nell'educazione* musicale*, 35*(1), 87–102.
- Daykin, N. (2019). *Arte, salute e benessere: un'indagine teorica per la pratica*. Routledge.
- Fancourt, D., & Finn, S. (2019a). *Quali sono le prove del ruolo delle arti nel miglioramento della salute e del benessere?* Organizzazione Mondiale della Sanità.
- Fancourt, D., & Finn, S. (2019b). *Il ruolo delle arti nel miglioramento della salute e del benessere: prove e raccomandazioni politiche*. Organizzazione Mondiale della Sanità.
- Fancourt, D., Warran, K., & Aughterson, H. (2020). *Sintesi delle prove per le politiche: Il ruolo delle arti nel miglioramento della salute e del benessere* (Relazione al Dipartimento per il digitale, la cultura, i media e lo sport). University College London.
- Kirsten A. van den Bosch. (2015). *Sicurezza e benessere: ricerca sul paesaggio sonoro nell'assistenza a persone con bisogni speciali*. Organizzazione olandese per la ricerca e lo sviluppo sanitario; Scuola di ricerca di neuroscienze comportamentali e cognitive di Groningen.

Co-funded by the European Union

- Stuckey, H. L., & Nobel, J. (2010). *Il legame tra arte, guarigione e salute pubblica: una rassegna della letteratura attuale*. American Journal of Public Health, 100(2), 254–263.

Domande di valutazione

In questa sezione troverete cinque domande per aiutarvi a verificare ciò che avete imparato in questo capitolo. Ogni domanda ha una sola risposta corretta. Le risposte sono disponibili alla fine dell'e-book.

1. Gli interventi basati sull'arte sono efficaci solo per le persone con spiccate capacità creative.
   - VERO
   - FALSO

2. La partecipazione ad attività artistiche può favorire la regolazione emotiva e la resilienza.
   - VERO
   - FALSO

3. Quale delle seguenti affermazioni descrive meglio il risultato della partecipazione ad attività culturali?
   - Aumento dell'ansia
   - Riduzione dei legami sociali
   - Miglioramento del senso di appartenenza

4. Qual è una sfida comune nella promozione del benessere attraverso l'arte?
   - Accesso e inclusione limitati
   - Uso eccessivo dei materiali
   - Rilassamento eccessivo

5. Quale elemento supporta al meglio le attività inclusive per il benessere?

- Attività standardizzate
- Approcci incentrati sulla persona
- Valutazione rigorosa delle prestazioni

Artistic Minds

Modulo 04

Utilizzo delle tecnologie digitali per migliorare l’arte e la cultura

MODULO 04: UTILIZZO DELLE TECNOLOGIE DIGITALI PER MIGLIORARE L'ARTE E LA CULTURA

Obiettivi di apprendimento

Questo modulo offre una panoramica pratica su come impiegare le tecnologie digitali per rendere accessibili i contesti culturali e educativi. Introduce metodi, buone pratiche ed esempi concreti.

Partecipando al seguente modulo, sarai capace di:

- **Progettare** attività artistiche digitali accessibili utilizzando realtà virtuale (VR), realtà aumentata (AR) o intelligenza artificiale (AI), integrando almeno due funzioni di accessibilità.
- **Gestire e produrre** un prodotto digitale (acquisizione VR, livello AR o immagine AI) e documentarlo con crediti di base e note di accesso.
- **Valutare e migliorare** l'accessibilità dei risultati digitali applicando una lista strutturata e implementare adeguamenti concreti.
- **Facilitare** una sessione in stile laboratorio per giovani artisti con disabilità, ruotando i ruoli e guidando un feedback strutturato tra pari.

Descrizione dei contenuti: opportunità e sfide

Le tecnologie digitali stanno trasformando il panorama dell'arte e della cultura, offrendo nuovi modi di creare, sperimentare e partecipare alle attività culturali. Dalle visite virtuali ai musei alle opere d'arte generate dall'intelligenza artificiale, queste innovazioni hanno un immenso potenziale per arricchire il settore creativo. Possono rendere i contenuti culturali più coinvolgenti e interessanti per il grande pubblico, migliorando al contempo l'accessibilità per le persone con disabilità. In particolare,

l'integrazione della **realtà virtuale (VR), della realtà aumentata (AR), dell'intelligenza artificiale (AI)** e di varie **tecnologie assistive (TA)** sta ridefinendo il modo in cui l'arte viene prodotta e consumata. Questo modulo di formazione esplora come queste tecnologie possano essere sfruttate per migliorare l'arte e la cultura, con un'attenzione particolare alle pratiche che valorizzano le differenze e che coinvolgono sia i professionisti creativi che gli artisti con disabilità. L'obiettivo è fornire una comprensione chiara e pedagogica dell'uso della tecnologia digitale per proporre esperienze culturali più accessibili e innovative.

La realtà virtuale nel settore culturale

La realtà virtuale consente alle persone di vivere un'esperienza immersiva all'interno di ambienti digitali creati dal computer che offrono immagini e suoni a 360 gradi. Nel settore culturale, è diventata uno strumento prezioso per musei, gallerie e organizzazioni di arti performative, consentendo esperienze che vanno oltre lo spazio fisico. Attraverso la realtà virtuale, i visitatori possono esplorare siti archeologici ricostruiti o eventi storici in forma digitale. Un sondaggio globale su oltre 2.000 persone ha mostrato che il 79% era interessato all'uso della tecnologia digitale per accedere a collezioni museali altrimenti inaccessibili, dimostrando una forte domanda da parte del pubblico. La realtà virtuale rende l'esperienza più coinvolgente, in quanto favorisce un rapporto più stretto e in prima persona con l'arte e il patrimonio (Isaacson, A., 2025).

Un esempio degno di nota è la Lord Kelvin VR Exhibition di Glasgow, che ricrea un laboratorio del XIX secolo e permette alle persone di interagire con strumenti virtuali, trasformando la visita al museo in un'esperienza storica attiva. Questo approccio può attrarre in particolare il pubblico più giovane e cambiare la percezione dei musei come spazi più dinamici. Allo

stesso modo, Tonight with the Impressionists del Musée d'Orsay consente alle persone di entrare in una mostra virtuale parigina del 1874. In cinque mesi ha attirato circa 18.000 visitatori, evidenziando il fascino delle esperienze immersive di storia dell'arte (Isaacson, A., 2025). Questi esempi concreti dimostrano come la realtà virtuale rende viva la storia aumentando il pubblico interessato

La realtà virtuale favorisce anche l'accessibilità, **consentendo l'accesso remoto alle persone impossibilitate a visitare di persona i siti culturali,** comprese quelle con difficoltà motorie o vincoli geografici. Gli ambienti virtuali possono essere personalizzati per supportare i visitatori con disabilità o profili neurodivergenti, ad esempio consentendo alle persone con disabilità di entrare in edifici inaccessibili o aiutando le persone con autismo a ridurre l'ansia attraverso una conoscenza preliminare. Come osservato da Murray Pittock e Fergus Bruce (2024), l'accesso virtuale può superare i limiti fisici, consentendo un'esperienza più ampia a collezioni spesso nascoste alla vista del pubblico.

La realtà virtuale di alta qualità deve affrontare sfide quali costi elevati, complessità tecnica, problemi di utilizzo e lacune di accessibilità. Le differenze nel livello di alfabetizzazione digitale rendono necessario un supporto aggiuntivo per alcune persone. Per questo sono importanti un'attenta pianificazione e una progettazione personalizzata per garantire il successo nel settore culturale.

La realtà aumentata nel settore culturale

La realtà aumentata (AR) sovrappone contenuti digitali al mondo reale attraverso smartphone o tablet, **valorizzando gli spazi fisici reali.** La sua accessibilità e la sua natura sociale la rendono adatta ai musei, poiché si basa su dispositivi che la maggior parte dei visitatori già possiede e

consente esperienze condivise. Come sottolinea Jim Richardson, la realtà aumentata è più accessibile della VR e più in linea con il carattere sociale delle visite ai musei (Charr, M., 2025). I visitatori possono esplorare insieme le mostre, discutere di ciò che vedono e interagire, il che rende la realtà aumentata uno strumento accessibile per l'apprendimento culturale.

Molti musei utilizzano la realtà aumentata per **arricchire la narrazione e il coinvolgimento**. Progetti come la prova virtuale di abiti storici o l'incontro con animali estinti dimostrano come la realtà aumentata possa dare vita a esposizioni statiche e creare un forte impatto emotivo e educativo (Charr, M., 2025). La realtà aumentata è stata utilizzata anche per estendere i musei oltre le loro mura, trasformando le città in gallerie a cielo aperto e le mostre in esperienze interattive e ludiche attraenti per le famiglie e le scolaresche.

Dal punto di vista del rispetto delle differenze, la realtà aumentata può integrare le funzioni di accessibilità esistenti degli smartphone, come la narrazione audio, il controllo vocale o i contenuti adattati per esigenze diverse. Le applicazioni di realtà aumentata possono supportare i visitatori con disabilità uditiva, visiva o cognitiva attraverso avatar in lingua dei segni, linguaggio semplificato o interfacce personalizzate. Il progetto ARCHES, finanziato dall'UE, ha dimostrato come la co-progettazione di soluzioni di realtà aumentata insieme a persone con disabilità porti a esperienze museali più accessibili e significative (Arche Project., 2019).

Nonostante il suo potenziale, la realtà aumentata presenta alcune criticità. Alcuni visitatori possono essere senza dispositivi adeguati e una realtà aumentata mal progettata può distrarre dalle opere d'arte invece di valorizzarle. I musei devono quindi trovare un equilibrio tra innovazione, etica professionale e progettazione personalizzata Quando è progettata

con cura la realtà aumentata può favorire il coinvolgimento rispettando l'accessibilità, l'autenticità e le differenti esigenze dei visitatori.



Figura 5 Una donna indossa un visore per osservare uno schema tramite la realtà aumentata - Vilius Kukanauskas da Pixabay

L'intelligenza artificiale nelle arti e nella cultura

L'intelligenza artificiale è utilizzata con maggiore frequenza nel settore culturale per la creazione di contenuti e l'analisi dei dati. Nei musei, nelle gallerie e negli archivi, l'intelligenza artificiale può produrre opere d'arte o narrazioni, come l'arte algoritmica o chatbot (programma informatico che simula una conversazione con gli utenti) che spiegano le collezioni, e analizzare grandi set di dati identificando modelli o taggando (assegnare parole chiave ai contenuti) le opere d'arte attraverso la visione artificiale. Sebbene queste applicazioni possano migliorare l'accessibilità e il coinvolgimento, fanno emergere importanti questioni relative alla paternità dell'opera, all'autenticità e all'etica.

L'intelligenza artificiale sta avendo un impatto significativo sull'accessibilità, la creatività e le iniziative nel settore culturale, presentando così sfide **etiche e professionali.** Uno dei suoi contributi più significativi è il miglioramento dell'accessibilità per le persone con disabilità. I musei utilizzano spesso l'intelligenza artificiale per generare descrizioni audio, traduzioni ed esperienze personalizzate. Un esempio di rilievo è il Rijksmuseum, che ha utilizzato l'intelligenza artificiale per produrre descrizioni audio della sua collezione digitale per persone con disabilità visiva, un compito che sarebbe stato impossibile da completare manualmente (Ma, V., 2024). Ciò dimostra il ruolo dell'intelligenza artificiale come tecnologia assistiva efficace nelle istituzioni culturali.

L'intelligenza artificiale migliora anche l'accesso multilingue consentendo la traduzione in tempo reale dei contenuti culturali. Attraverso strumenti come i codici QR (codici a barre che aprono contenuti digitali), le postazioni interattive e l'elaborazione avanzata del linguaggio naturale, i musei possono offrire informazioni in molte lingue. Sebbene la traduzione basata sull'intelligenza artificiale richieda ancora una revisione umana per garantire l'accuratezza e la sensibilità culturale, consente alle istituzioni di raggiungere un pubblico più ampio e diversificato e di abbassare le barriere linguistiche.

Dal punto di vista creativo, **l'intelligenza artificiale rappresenta un'opportunità ma è anche una fonte di dibattito.** L'intelligenza artificiale generativa può fungere da partner creativo per gli artisti, aprendo nuove possibilità e supportando gli artisti con disabilità grazie a modalità di creazione alternative, come la generazione di immagini basata sulla voce o sul testo. L'arte generata dall'intelligenza artificiale presenta questioni relative alla paternità dell'opera, alla proprietà intellettuale, al consenso e

all'uso di materiale protetto da diritto d'autore nei set di dati di addestramento. Le istituzioni culturali stanno creando linee guida etiche per garantire trasparenza, responsabilità e supervisione umana nell'uso dell'intelligenza artificiale (United Kingdom Museums Association, 2024).

Un altro motivo di preoccupazione è il pregiudizio, poiché i sistemi di intelligenza artificiale possono riprodurre i pregiudizi culturali, di genere o geografici presenti nei loro dati di addestramento. Per affrontare questo problema, i musei stanno adottando approcci ibridi in cui i risultati generati dall'intelligenza artificiale vengono rivisti e corretti da esperti umani, combinando l'efficienza con la responsabilità culturale. Infine, è evidente l'impatto dell'intelligenza artificiale sull'occupazione. Sebbene l'automazione possa mettere a rischio alcuni ruoli, le migliori pratiche suggeriscono di utilizzare l'intelligenza artificiale per potenziare e supportare il lavoro umano, puntando sulla riqualificazione e sul miglioramento delle competenze del personale, invece che sulla sostituzione dei lavoratori. L'intelligenza artificiale offre vantaggi in termini di accessibilità e innovazione nel settore culturale, l'importante è usarla seguendo principi etici e con un approccio centrato sulla persona.

Le tecnologie assistive nel settore creativo

Le tecnologie assistive nell'arte e nella cultura sono strumenti progettati per consentire alle persone con disabilità di partecipare alla creazione artistica e alle esperienze culturali. Per gli artisti, queste tecnologie **possono sbloccare possibilità creative** che altrimenti sarebbero limitate da barriere fisiche, sensoriali o cognitive. Per il pubblico, possono trasformare l'esclusione in partecipazione, soprattutto se il design accessibile è adottato fin dalle prime fasi e valorizza le prospettive di giovani artisti con disabilità intellettive e/o profili neurodivergenti.

La tecnologia di tracciamento oculare è un chiaro esempio di come gli strumenti assistivi possano consentire l'espressione artistica. Gli artisti con gravi disabilità fisiche possono creare opere d'arte digitali utilizzando solo i movimenti oculari, come dimostrato dall'artista Felicia Bowers, che utilizza un software di tracciamento oculare per disegnare (Blas, H., 2018). Il suo lavoro dimostra che con strumenti adeguati, formazione e design personalizzato, gli artisti con disabilità possono raggiungere livelli professionali di produzione creativa.

Nella musica e nelle performance, tecnologie assistive come i dispositivi tattili indossabili convertono il suono in esperienze tattili per il pubblico sordo e ipoudente. I giubbotti vibranti utilizzati nei concerti dal vivo consentono alle persone di vivere la musica attraverso modelli di vibrazione in tutto il corpo, trasformando una forma d'arte inaccessibile in un'esperienza condivisa e inclusiva (Hall, S. A., 2023). Queste tecnologie evidenziano come l'accessibilità possa ampliare le esperienze artistiche.

L'utilizzo efficace delle tecnologie assistive dipende dai dispositivi e da contesti di supporto. La formazione del personale, il coinvolgimento delle comunità di persone con disabilità e il trattamento dei partecipanti come co-creatori sono pratiche essenziali. I progetti che coinvolgono le persone con disabilità nella progettazione e nel perfezionamento producono risultati più significativi ed efficaci.

Iniziative come il CripTech Metaverse Lab (Gray Area e Leonardo, 2023) mettono gli artisti con disabilità e neurodivergenti al centro della progettazione delle tecnologie emergenti, dimostrando **come l'accessibilità possa guidare l'innovazione**. Dando priorità alle prospettive emarginate, questi progetti creano esperienze culturali immersive che sono più accessibili e creative per tutte le persone.

Opportunità, ostacoli e strategie per l'inclusione

L'integrazione delle tecnologie digitali nell'arte e nella cultura offre grandi opportunità, ma anche ostacoli significativi. Tecnologie come la realtà virtuale, la realtà aumentata e l'intelligenza artificiale possono facilitare l'accesso al patrimonio culturale, consentire esperienze multisensoriali e sostenere nuove forme di creazione artistica. Consentono una partecipazione più ampia, dal pubblico remoto che interagisce con mostre virtuali agli artisti con disabilità che utilizzano metodi creativi alternativi come la voce, il tracciamento oculare o le interfacce tattili. Gli strumenti digitali supportano anche l'educazione e la sperimentazione, aprendo nuovi percorsi creativi per i professionisti della cultura.

Tuttavia, queste opportunità sono distribuite in modo disomogeneo. Un importante ostacolo è **l'accesso ineguale alla tecnologia, ai finanziamenti e alle competenze digitali**, che può ampliare il divario tra istituzioni grandi e piccole o tra artisti più o meno esperti di tecnologia. I finanziamenti pubblici, come Creative Europe, e lo sviluppo di capacità attraverso la formazione sono essenziali per colmare questo divario (Creative Europe, 2024). La resistenza al cambiamento continua e viene alimentata da preoccupazioni sull'autenticità, sulla sicurezza del lavoro e sul rischio che la tecnologia faccia perdere i valori culturali. Queste preoccupazioni evidenziano la necessità di riferimenti etici, obiettivi chiari e processi di pianificazione che coinvolgono artisti, personale, pubblico e utenti disabili.

Dal punto di vista dell'accessibilità, gli strumenti digitali possono creare nuove esclusioni se progettati senza rispettare le differenze individuali. È fondamentale applicare i principi del design universale e coinvolgere le persone con disabilità nella progettazione e nella sperimentazione. La

ricerca sottolinea che i progetti culturali digitali devono riflettere le esperienze di vita intersezionali delle persone disabili e anziane per essere efficaci e significativi (Jones et al., 2023).

Le migliori pratiche per promuovere il rispetto delle differenze includono incentivi politici e finanziari che danno priorità all'accessibilità, lo sviluppo di standard chiari per un patrimonio digitale accessibile e il coinvolgimento formale dei creatori disabili nelle tecnologie emergenti, come i progetti immersivi e basati sul metaverso (Radanliev et al., 2024). La collaborazione e la condivisione delle conoscenze tra le istituzioni sostengono la trasformazione digitale inclusiva, consentendo l'adattamento e il riutilizzo delle migliori pratiche e degli strumenti. L'accessibilità digitale nel settore culturale è più efficace quando **l'accessibilità è considerata una priorità** e quando le persone emarginate partecipano ai processi di innovazione tecnologica.

Le tecnologie digitali stanno trasformando il settore dell'arte e della cultura ampliando le possibilità creative e aumentando il coinvolgimento del pubblico attraverso il miglioramento dell'accessibilità. Se utilizzate con attenzione, queste tecnologie possono sostenere il ruolo della cultura: connettere le persone, ispirare e favorire la partecipazione. Permettono di esplorare il patrimonio culturale in modo immersivo, di offrire visite personalizzate ai musei e nuove forme di creazione artistica per artisti con disabilità.

Per realizzare questo potenziale, **è necessario un approccio equilibrato e critico, con le seguenti modalità**: affrontare il divario digitale, garantire un uso etico della tecnologia, sostenere i professionisti della cultura attraverso la formazione e progettare tecnologie che arricchiscono l'esperienza umana dell'arte. La valorizzazione delle differenze deve essere

al centro dell'innovazione digitale, con le prospettive dei giovani artisti con disabilità intellettive e delle persone neurodivergenti che guidano la progettazione attraverso la co-creazione e i principi del design universale. La ricerca e le iniziative europee dimostrano che la progettazione inclusiva avvantaggia tutti gli utenti e porta a strumenti culturali più efficaci e coinvolgenti (Radanliev et al., 2024).

La trasformazione digitale nella cultura ha più successo quando la tecnologia è usata per valorizzare la creatività umana e promuovere l'equità. La collaborazione tra artisti, tecnologi, esperti di accessibilità e manager culturali è essenziale per garantire che il futuro digitale della cultura sia guidato dai valori condivisi di diversità, accesso e partecipazione per tutti.

Attività suggerite

Attività n. 1: Sfida creativa di realtà virtuale

Scopo: consentire ai partecipanti di esplorare i siti del patrimonio culturale e valutare come gli ambienti virtuali possano migliorare l'accessibilità, la narrazione e la partecipazione culturale.
Metodo: attività individuale o in coppia utilizzando smartphone o tablet con CULTURAL TRAILS APP. I partecipanti navigano in diversi luoghi virtuali del patrimonio culturale e osservano elementi architettonici, storici e artistici. Quindi creano una breve riflessione o uno schizzo ispirato a ciò che hanno esplorato.
Durata: 60 minuti.
Materiali: smartphone/tablet con l'app CULTURAL TRAILS APP installata (disponibile gratuitamente su Play Store), cuffie (facoltative), carta o materiale per disegnare.

Istruzioni: guidare i partecipanti ad aprire l'app e selezionare uno o più siti del patrimonio culturale. Chiedere loro di esplorare gli spazi, prestando attenzione a dettagli quali l'atmosfera, il design, i simboli culturali o le caratteristiche di accessibilità. Dopo la visita virtuale, invitarli a produrre una breve riflessione scritta, uno schizzo o una nota concettuale che catturi ciò che li ha colpiti. Concludere con una discussione di gruppo su come gli ambienti culturali digitali possano supportare l'apprendimento, la creatività e l'accesso per un pubblico diversificato.

Attività n. 2: L'IA come partner creativo

Scopo: sperimentare l'uso dell'IA nella creazione artistica e riflettere su etica e inclusione.
Metodo: lavoro individuale di utilizzo di uno strumento di IA generativa (ad esempio, DALL·E, Runway ML). Ogni partecipante crea 2-3 immagini o brevi clip basate su suggerimenti legati all'arte o a questioni sociali. Discussione di gruppo su creatività, paternità dell'opera e potenziali pregiudizi.
Durata: 50 minuti.
Materiali: computer/tablet con piattaforme di IA, accesso a Internet.
Istruzioni: dimostrare come utilizzare lo strumento di IA. Durante il confronto, incoraggiare i partecipanti a discutere:

- Chi è l'autore: l'IA, l'artista o entrambi?
- In che modo l'IA può dare potere agli artisti con disabilità?
- Quali rischi etici devono essere affrontati?

Attività n. 3: Progettare un futuro inclusivo

Scopo: immaginare gli usi futuri della tecnologia digitale nell'arte e nella cultura inclusive.
Metodo: elaborazione di idee in gruppo (3-5 persone). I partecipanti progettano un idea guida (poster, diagramma, storyboard) di uno

strumento o una piattaforma digitale futura che promuova l'accessibilità nella cultura. Devono integrare almeno una tecnologia: VR, AR, IA o tecnologie assistive.

Durata: 60 minuti.

Materiali: carta, pennarelli o strumenti per lavagna digitale (Miro, Padlet, Jamboard).

Istruzioni: incoraggiare le proposte dei partecipanti guidando la riflessione con domande:

- Chi beneficia di questa tecnologia?
- Come garantire il rispetto delle differenze fin dall'inizio?
- Quali tutele etiche sono necessarie

I gruppi presentano i loro concetti e ricevono riscontri dai compagni.

Impatto delle competenze apprese

In linea con il piano di formazione ArtisticMinds, in cui ogni modulo collega i risultati dell'apprendimento a un quadro di competenze condiviso e sottolinea l'importanza di una guida pratica e basata su prove concrete, le aree di impatto riportate di seguito mostrano quali cambiamenti nella pratica sono possibili e sostenibili.

Espressione creativa digitale e accesso

Cosa cambia: i giovani artisti hanno a disposizione nuovi strumenti per creare e sperimentare l'arte, ad esempio dipingendo in realtà virtuale o generando immagini e audio attraverso l'intelligenza artificiale a partire da semplici descrizioni.

Perché è importante: modalità alternative (voce, sguardo, sensazioni tattili) riducono le barriere motorie, sensoriali e cognitive, dando priorità alla paternità dell'opera piuttosto che ai limiti.

Come sostenere il cambiamento:

- Proporre **più modalità creative** in parallelo (ad esempio Tilt Brush/Quill in VR, Artivive per la realtà aumentata, sistemi voce-immagine basati su modelli generativi), così che ogni artista possa scegliere il proprio "percorso di accesso" su misura.
- Affiancare a ogni strumento digitale un equivalente **a bassa tecnologia** (collage, stop-motion, storyboard), per ridurre l'ansia da prestazione e favorire il trasferimento delle competenze tra un mezzo e l'altro.
- **Predisporre guide introduttive** (brevi registrazioni dello schermo o presentazioni "walk-through") che permettano ai partecipanti di vedere in anteprima l'ambiente di lavoro prima della sessione vera e propria.

Alfabetizzazione rispettosa delle differenze in realtà estesa (XR)

Cosa cambia: gli artisti imparano a navigare in spazi immersivi in modo sicuro e a comunicare idee attraverso i media interattivi virtuali.
Perché è importante: il pensiero spaziale e la comunicazione multimodale ampliano le possibilità narrative e favoriscono la fiducia, la collaborazione e le competenze comunicative.
Come sostenere il cambiamento:

- **Adottare un'esposizione progressiva**: iniziare con brevi visite in realtà virtuale di 2-3 minuti (in modalità comfort, con locomozione a teletrasporto e didascalie attive) prima di passare a sessioni di creazione più lunghe.
- **Per la realtà aumentata, procedere per gradi**: partire da sovrapposizioni semplici, con un solo elemento che attiva

un'animazione, prima di introdurre narrazioni articolate in più fasi. Prevedere sottotitoli e descrizioni audio come impostazioni predefinite, non opzionali.

- **Definire un protocollo di sicurezza condiviso** per le esperienze in realtà estesa: limiti di durata delle sessioni, alternative "da seduti", pause sensoriali programmate e una politica chiara che permetta a chiunque di interrompere l'esperienza in qualsiasi momento.

Alfabetizzazione AI e dati per agenzie creative

Cosa cambia: i giovani artisti passano dall'essere consumatori passivi dei risultati dell'IA a creatori di processi creativi, con l'ausilio dell'intelligenza artificiale.
Perché è importante: comprendere come funzionano i set di dati, i pregiudizi nei confronti delle opere prodotte in AI e come si definisce la paternità delle opere li aiuta ad affermare la propria voce, il proprio merito e il proprio diritto al consenso nella produzione digitale.
Come sostenere il cambiamento:

- Insegnare i cicli **"prompt → critica → iterazione"** utilizzando brevi momenti di confronto basati sui valori (ad esempio, "rappresenta il mio quartiere senza stereotipi").
- Discutere i temi di **paternità delle opera e del diritto al consenso**: quali dati hanno addestrato il modello? Come viene gestito il valore? Dove possono pubblicare in modo responsabile?
- Combina l'IA con **la tecnologia di accesso** (ad esempio, testo-immagine + lettore di schermo; voce-testo per artisti con limitazioni motorie).

Comunicazione, collaborazione e autotutela

Cosa cambia: gli artisti esercitano ruoli diversi (responsabile della trama, responsabile dell'accessibilità, operatore tecnico) a rotazione per sviluppare la leadership.
Perché è importante: la paternità condivisa e il guida tra pari contrastano l'isolamento, sviluppano le abilità sociali e modellano i ruoli sul posto di lavoro nel settore creativo e culturale.
Come sostenere il cambiamento:

- Utilizzare **ruoli abbinati** (ad esempio, "responsabile visivo" + "controllore dell'accessibilità") in modo da integrare l'accessibilità fin dall'inizio.
- Crea **brevi rituali di critica** (due punti di forza e un suggerimento) per normalizzare il feedback e l'autodifesa in materia di adeguamenti.
- Incoraggiare **la modalità di gruppo di lavoro composto da persone con competenze differenti** (visive, sonore, tattili, digitali, ecc.) e valorizzare i diversi contributi al di là di una singola competenza.

Risorse aggiuntive

- Christine Sun Kim: "The Enchanting Music of Sign Language" (TED): Video e testimonianze (artisti con disabilità) Un artista del suono sordo ridefinisce il suono, il silenzio e la proprietà attraverso l'ASL e la performance.
- "Rendere l'arte accessibile utilizzando l'IA | Microsoft + Rijksmuseum": contesti inclusivi (musei/progetti). Come le descrizioni audio su larga scala e i flussi di lavoro ad accesso libero possono ampliare l'inclusione in collezioni di grandi dimensioni.
- "Museum of the Future — Digital & Immersive Tech" (con Olaf Sperwer): Ricerca/orientamento settoriale Webinar NEMO.

Implicazioni pratiche della XR nei musei, insidie e adozione strategica.

- "Tutorial Artivive: crea la tua prima opera d'arte in AR": Toolkit, piattaforme e app (facili da dimostrare). Creazione passo dopo passo, esportazione e visualizzazione della sequenza operativa per aggiungere livelli AR all'arte fisica.

Riferimenti

- Progetto Arch.es. (2019). *Che cos'è ARCHES e cosa abbiamo fatto?* ARCHES – Risorse accessibili per gli ecosistemi del patrimonio culturale. Tratto da https://www.arches-project.eu/
- Blas, H. (13 agosto 2018). *L'artista del Circolo dell'Amicizia che disegna con gli occhi [Intervista].* HowardBlas.com.
- Bruce, F. e Pittock, M. (2024). *Musei nel metaverso: rapporto sul pubblico e sull'impatto*. Università di Glasgow.
- Charr, M. (10 agosto 2025). *Come i musei stanno utilizzando la realtà aumentata*. MuseumNext.
- Europa creativa / Commissione europea. (23 settembre 2024). *Europa creativa nel 2025: focus sulla transizione verde e digitale e sul rafforzamento della resilienza sociale ed economica*. Cultura e creatività.
- Europe Beyond Access. (n.d.). Europe Beyond Access.
- Gray Area & Leonardo/ISAST. (1 agosto 2023). *CripTech Metaverse Lab coinvolge creatori disabili nella prototipazione del futuro delle tecnologie immersive.*
- Hall, S. A. (20 luglio 2023). *Questi incredibili "gilet vibranti" stanno cambiando la musica dal vivo per il pubblico non udente: guarda come funzionano*. Classic FM.

- Isaacson, A. (30 gennaio 2025). *Una nuova ricerca rivela la domanda di accesso VR alle collezioni museali*. The VR Collective.
- Jones, C. T., Rice, C., Lam, M., Chandler, E. e Lee, K. J. (2024). *Verso il Techno Access: una rassegna narrativa delle esperienze di persone disabili e anziane nell'uso della tecnologia per accedere alle arti*. Bodies in Translation.
- Ma, V. (30 ottobre 2024). *Immaginare il futuro dell'accessibilità dei musei attraverso l'intelligenza artificiale*. Arts Management & Technology Lab.
- Radanliev, P., De Roure, D., Novitzky, P., & Sluganovic, I. (2024). *Accessibilità e inclusività delle nuove tecnologie dell'informazione e della comunicazione per gli utenti disabili e i creatori di contenuti nel Metaverso*. Disabilità e riabilitazione: tecnologia assistiva, 19(5), 1849–1863.
- Supercluster (Locative Media Supercluster). (2024). *Nessuno dimenticato – L'arte della connessione*. Progetti UE.
- Associazione dei musei del Regno Unito. (2 maggio 2024). *Guida: Un approccio etico all'IA (L. Adu)*. Museums Journal (In Practice / Ethics).

Domande di valutazione

In questa sezione troverete cinque domande per aiutarvi a verificare ciò che avete imparato in questo capitolo. Ogni domanda ha una sola risposta corretta. Le risposte sono disponibili alla fine dell'e-book.

1. L'integrazione dell'IA nella produzione culturale mette in discussione le nozioni tradizionali di paternità dell'opera e proprietà intellettuale.
   - VERO
   - FALSO

2. La realtà aumentata opera indipendentemente dai contesti fisici, a differenza della realtà virtuale che sovrappone i dati agli ambienti reali.

- VERO
- FALSO

3. Quale quadro teorico spiega meglio come la realtà virtuale possa ridefinire il coinvolgimento del pubblico nei musei?

- "Il mezzo è il messaggio" di McLuhan
- Il "capitale culturale" di Bourdieu
- La "sfera pubblica" di Habermas

4. Nella progettazione dell'accessibilità delle piattaforme culturali, quale principio garantisce l'usabilità sia per gli utenti disabili che per quelli non disabili?

- Design universale
- Personalizzazione adattiva
- Prodotto minimo funzionante

5. Qual è il principale rischio etico dell'implementazione dell'IA generativa nei progetti relativi al patrimonio culturale?

- Maggiore collaborazione creativa
- Rafforzamento degli stereotipi culturali
- Riduzione dei costi di progetto

Artistic Minds

Modulo 05

Valorizzare la diversità: sfide e opportunità

MODULO 05: VALORIZZARE LA DIVERSITÀ: SFIDE E OPPORTUNITÀ

Obiettivi di apprendimento

Questo capitolo introduce i principi fondamentali della valorizzazione della diversità nei settori culturali e creativi, con particolare attenzione al lavoro con giovani artisti con disabilità intellettive. Fornisce una panoramica completa di come la valorizzazione delle differenze, l'accessibilità e la consapevolezza interculturale contribuiscono a pratiche artistiche e professionali sostenibili.

Partecipando al seguente modulo, sarai capace di:

- **Analizzare** come la diversità culturale, linguistica, di genere, di abilità, di età e di formazione contribuisca alla creatività e all'innovazione nei settori culturali e artistici.
- **Valutare** le barriere e i pregiudizi che limitano la partecipazione alle arti e alla cultura e proporre strategie per affrontarli.
- **Usare** tecniche di comunicazione e collaborazione efficaci che promuovono il rispetto reciproco delle differenze all'interno di gruppi e comunità diversificati.
- **Sviluppare** un piano d'azione per integrare i principi di diversità e rispetto delle differenze nella propria pratica professionale o organizzativa per una sostenibilità a lungo termine.

Co-funded by the European Union

Descrizione dei contenuti: opportunità e sfide

Introduzione: valorizzare la diversità come principio fondamentale nelle arti e nella cultura

La diversità è una fonte di creatività nei settori culturali e creativi (CCS), che nasce dai diversi modi in cui gli esseri umani vivono ed esprimono il mondo. Nel contesto del lavoro con giovani artisti con disabilità intellettiva (ID) e/o neurodivergenti, valorizzare la diversità diventa sia una responsabilità morale sia un fattore chiave per l'innovazione, la sostenibilità e l'espressione artistica, infondendo nuova vita ai processi creativi (Creative Skills Pact, 2024).



Figura 6 Foto di volti di persone appese al muro © Yunshuo Qu/ Unsplash

L'arte e la cultura prosperano grazie all'espressione di molteplici prospettive, esperienze sensoriali e realtà emotive. La ricerca sulla competenza interculturale e la pratica inclusiva evidenziano che quando la diversità è riconosciuta e rispettata, le comunità artistiche promuovono **l'empatia, l'apprendimento e la creatività collaborativa** (Deardorff, 2006; Gardner, 2011). La ricerca dimostra che non si tratta solo di poesia: nelle industrie creative i gruppi di lavoro composti da persone con competenze

producono soluzioni più innovative e un maggiore coinvolgimento del pubblico attraverso i loro approcci multidisciplinari (McKinsey & Company, 2020). Tuttavia, quando la diversità viene ignorata o messa da parte, questi stessi spazi rischiano di trasformarsi in camere di risonanza che riproducono esclusione, pregiudizi e disuguaglianze, offuscando proprio quella scintilla che cercano di accendere (Commissione Europea, 2018, 2020).

Per chi lavora con artisti con disabilità intellettiva, comprendere la diversità significa accettare le differenze nei modi di pensare, comunicare ed esprimersi come qualcosa di prezioso e creativo. Richiede anche la consapevolezza di come le capacità interagiscono con la cultura, il genere, il contesto socioeconomico e la lingua nel plasmare la partecipazione e il riconoscimento artistico (Card, 2022).

Questo modulo vi aiuta a adottare mentalità e pratiche inclusive che considerano la differenza come creativa e sociale.

L'unicità come risorsa creativa

L'unicità nelle arti genera idee innovative, prospettive originali e scambi culturali. Le espressioni artistiche diventano più ricche quando riflettono identità, lingue e visioni del mondo diverse. Negli spazi creativi inclusivi coesistono molteplici modi di percepire e interpretare il mondo, una condizione essenziale per l'innovazione (Gardner, 2011; UNESCO, 2022). Questa attenzione alla diversità rafforza sia l'impegno sociale che l'analisi artistica.

Opportunità:

- i gruppi di lavoro composti da persone con competenze dimostrano maggiori capacità di risoluzione dei problemi e approcci artistici più sperimentali (Creative Skills Pact, 2024).
- Il rispetto delle differenze favorisce la resilienza creativa, ovvero la capacità di adattarsi, dare nuovo significato e sviluppare idee in contesti diversi (Commissione Europea, 2020). Gli studi confermano che le organizzazioni artistiche inclusive registrano tassi di innovazione superiori del 20-30%, dimostrando che la diversità alimenta le innovazioni artistiche (Diversity Arts Australia, 2022).
- La diversità culturale amplia il pubblico e la portata del mercato, poiché una rappresentazione autentica attira comunità che vedono riflesse le proprie identità (UNESCO, 2022).

Sfide:

- Un'inclusione superficiale può portare a rappresentazioni errate o stereotipi (Arts Council England, 2023).
- La comunicazione tra contesti culturali o competenze diverse può essere resa difficile da pregiudizi o formati inaccessibili (Deardorff, 2006).
- Le disuguaglianze strutturali (finanziamenti, rappresentanza, leadership) possono limitare la partecipazione autentica (UNESCO, 2022). I dati rivelano che gli artisti con disabilità ricevono solo il 4% delle sovvenzioni per le arti, nonostante costituiscano il 20% della popolazione: un forte divario di equità che richiede un intervento urgente (National Endowment for the Arts, 2023).

In questo senso, il ruolo degli esperti e dei professionisti è quello di promuovere una cultura di equità, rispetto reciproco e collaborazione, in cui ogni voce contribuisca a definire la direzione creativa.

Inclusione e dinamiche sociali

Il rispetto per le differenze è un processo che trasforma le strutture sociali e organizzative per garantire una partecipazione equa. Implica la costruzione della sicurezza psicologica, empatia e rispetto per tutte le forme di espressione.



Figura 7 Graffito con la scritta in rosso "uniti nella diversità". Foto di Claudio Schwarz su Unsplash

Le dinamiche sociali inclusive sono promosse attraverso una comunicazione intenzionale, ambienti accessibili e un processo decisionale condiviso. Per gli esperti di CCS e i professionisti della salute mentale, ciò richiede il passaggio da un modello di "supporto" a un modello di "collaborazione", in cui gli artisti con disabilità intellettiva sono riconosciuti come co-creatori e contributori al dialogo culturale.

Opportunità:

- Gli spazi artistici inclusivi sono un modello di partecipazione paritaria e appartenenza sociale (UNESCO, 2022).
- La collaborazione tra persone diverse sviluppa l'empatia e la competenza interculturale (Deardorff, 2006).
- La creazione artistica condivisa migliora il benessere, la capacità di agire e la fiducia (Card, 2022).

Sfide:

- Pregiudizi nascosti o supposizioni sulle capacità possono influenzare le aspettative (Commissione Europea, 2018).
- Le gerarchie all'interno di un gruppo possono creare situazioni discriminatorie (Arts Council England, 2023).
- Una formazione ridotta può limitare un coinvolgimento significativo (Creative Skills Pact, 2024).

Un'inclusione efficace richiede sia intelligenza emotiva che adattamento strutturale. Richiede consapevolezza del linguaggio, del tono e della rappresentazione in tutta la comunicazione artistica. Attraverso questa prospettiva, i partecipanti sviluppano empatia e collaborazione, competenze fondamentali identificate nell'area sociale del quadro ArtisticMinds.

Barriere strutturali e di accessibilità

Le barriere strutturali rimangono una delle sfide più complesse da superare nel raggiungimento della diversità nelle arti. Queste barriere possono essere fisiche (luoghi e attrezzature inaccessibili), sociali (stigmatizzazione e pregiudizio) e sistemiche (pregiudizi politici e di finanziamento).

L'accessibilità deve essere intesa in modo globale, in linea con il *modello bio-psico-sociale-tecnico.* Il benessere e la partecipazione sono il risultato dell'interazione tra l'individuo, la società e l'ambiente, comprese le tecnologie digitali. Questo è collegato all'area professionale del quadro delle competenze del progetto, nella gestione, nell'organizzazione e nei diritti, garantendo che tutti gli artisti possano partecipare in modo equo.

Principali barriere identificate:

- **Fisiche:** architettura inaccessibile (ad esempio mancanza di rampe, ascensori, porte larghe, ecc.), segnaletica inadeguata, sovraccarico sensoriale
- **Tecnologiche:** mancanza di strumenti digitali adattivi e tecnologie di supporto nei processi creativi
- **Socio-economicche:** costi quali materiali, trasporti, lezioni o quote di partecipazione agli eventi possono impedire ai giovani artisti di partecipare ad attività creative. Anche l'accesso limitato ai trasporti e la mancanza di programmi inclusivi nelle istituzioni riducono le loro possibilità di partecipazione.
- **Culturali:** riconoscimento limitato del valore artistico delle opere realizzate da persone con disabilità e persone con neurodivergenza

Strategie per superare le barriere:

- Applicare i principi *del design universale* in tutte le fasi della creazione artistica e dell'esposizione.
- Inserire l'accessibilità nei criteri di finanziamento e nelle strategie organizzative.
- Promuovere la collaborazione intersettoriale tra le istituzioni CCS, i sostenitori dei diritti delle persone con disabilità e gli educatori.

Strategie di inclusione sostenibile

La sostenibilità nell'inclusione significa integrare i principi di diversità nelle organizzazioni culturali, garantendo una trasformazione duratura. La sostenibilità implica anche il mantenimento della motivazione, delle risorse e della responsabilità condivisa nel tempo.

Pratiche efficaci:

- Definire linee guida chiare su diversità e inclusione con l'appoggio delle istituzioni. Questo prevede la definizione di obiettivi specifici di inclusione, la definizione delle responsabilità, la fornitura di formazione e la garanzia di risorse adeguate e la promozione di un comportamento inclusivo in tutta l'organizzazione.
- Includere gli artisti con disabilità nei processi di pianificazione, valutazione e gestione.
- Sviluppare programmi di tutoraggio che mettano in contatto giovani artisti e professionisti.
- Utilizzare strumenti di valutazione collaborativi per misurare i risultati dell'inclusione.

Le pratiche inclusive consentono ai giovani artisti di definire i propri obiettivi creativi, comunicare le proprie prospettive e rafforzare la fiducia nella propria identità professionale. In questo modo sono favorite le opportunità professionali e la crescita personale.

Bilanciare opportunità e sfide

Valorizzare le differenze significa riconoscere le esigenze individuali, gli stili di comunicazione e gli aspetti culturali. La sfida consiste nel trasformare queste difficoltà in opportunità di apprendimento.

Ti invitiamo a considerare la diversità come un equilibrio dinamico tra rispetto delle differenze ed espressione individuale. Valorizzare la diversità richiede negoziazione, autoriflessione e adattamento. Il successo dipende dalla pratica dell'umiltà, della curiosità e dell'impegno verso l'apprendimento continuo.

Attività suggerite

Le attività di questo modulo sono progettate per aiutarvi a mettere in pratica l'empatia, la collaborazione e la consapevolezza culturale, tre competenze fondamentali nel quadro *di ArtisticMinds*. Ogni attività di riflessione e di gruppo incoraggia la crescita personale e sociale, mentre la consapevolezza di sé sostiene lo sviluppo artistico e professionale.

Attività n. 1: Diario di riflessione

Scopo: incoraggiare i partecipanti a riflettere sulle proprie esperienze con la diversità, identificare i pregiudizi e collegare le intuizioni personali alla pratica professionale.
Metodo: attività individuale (di persona o online).
Durata: 20-30 minuti.
Materiali: diari o quaderni; piattaforma digitale opzionale (Google Docs, Padlet).
Istruzioni: Chiedere ai partecipanti di riflettere sulle loro esperienze con la diversità nella loro pratica professionale o creativa e di metterle per iscritto. Per incoraggiare la riflessione, saranno utili le seguenti domande:

- Quali aspetti della diversità noto?
- In che modo le mie supposizioni hanno influenzato il mio lavoro?
- Cosa ho imparato dall'interazione con persone con abilità, culture o contesti di provenienza diversi?

Dopo aver scritto, invita i partecipanti a condividere le loro riflessioni in coppia o in piccoli gruppi. Guida la discussione evidenziando gli schemi ricorrenti, incoraggiando l'empatia e collegando le riflessioni al contenuto del modulo.

Attività n. 2: Analisi di casi di studio

Scopo: esaminare scenari reali che comportano sfide legate alla diversità e identificare strategie per una pratica rispettosa delle differenze.
Metodo: attività in piccoli gruppi (sale riunioni online o tavoli fisici).
Durata: 45-60 minuti.
Materiali: scenari di casi di studio preparati (1-2 pagine ciascuno), domande di discussione, lavagne a fogli mobili o strumenti collaborativi digitali.
Istruzioni: assegnare ai gruppi un caso di studio in cui sono emerse sfide legate alla diversità in un contesto artistico (ad esempio, conflitti di gruppo, barriere all'accessibilità). Per incoraggiare le discussioni di gruppo, è possibile porre le seguenti domande rapide:

- Quali sono le barriere?
- Quali strategie possono migliorare l'accessibilità?

Ogni gruppo presenta i risultati. Per facilitare la raccolta delle idee, evidenziare le buone pratiche, integrare i contenuti del modulo e stimolare l'applicazione concreta nei contesti professionali dei partecipanti.

Attività n. 3: Compito di co-creazione

Scopo: Mettere in pratica i principi della collaborazione inclusiva e dell'integrazione della diversità attraverso la realizzazione di un progetto creativo.
Metodo: attività di gruppo (3-5 partecipanti per gruppo, di persona o online).
Durata: 60 minuti.
Materiali: materiali artistici o strumenti digitali per la creazione collaborativa (app di disegno, Canva, Jamboard), fogli di lavoro per la pianificazione.

Istruzioni: i gruppi progettano una breve attività artistica che integri diverse abilità, prospettive culturali e idee creative. Ogni gruppo presenta un piano e condivide le motivazioni alla base delle decisioni. Per facilitare la discussione, è possibile porre le seguenti domande:

- Cosa ha funzionato bene?
- Come sono state integrate le diverse prospettive?
- Come potrebbe essere adattata l'attività per essere implementata nel mondo reale?

Impatto delle competenze apprese

Le attività progettate nell'ambito di questo modulo promuovono la creatività artistica e lo sviluppo di competenze personali e sociali per favorire il rispetto delle differenze e il potenziamento delle capacità. Esercitando l'empatia, la flessibilità e le capacità creative, i giovani artisti con disabilità intellettiva e/o neurodiversità potranno esprimersi in modo autentico e intraprendere una carriera artistica. Per i giovani artisti con disabilità intellettiva, trovarsi in ambienti accessibili che promuovono la fiducia, l'autonomia e l'espressione è essenziale per lo sviluppo delle capacità artistiche.

Il modulo mette in relazione consapevolezza della diversità, autoregolazione, empatia e consapevolezza culturale, evidenziando l'interconnessione tra le quattro aree di competenza del quadro di riferimento.

Competenze personali: partecipando alle attività guidate da questo modulo, i partecipanti migliorano la consapevolezza di sé e la regolazione emotiva. Riconoscere i contributi unici di ogni individuo favorisce la resilienza e una comprensione delle proprie motivazioni e dei propri valori.

Competenze sociali: il modulo valorizza la collaborazione, l'empatia e il rispetto reciproco. Attraverso attività di gruppo, discussioni ed esercizi di co-creazione, i partecipanti sviluppano capacità di comunicazione, imparano a negoziare le differenze e sperimentano i vantaggi di lavorare in un ambiente socialmente solidale. Queste esperienze rafforzano la loro capacità di costruire relazioni positive e di partecipare alle comunità artistiche.

Competenze artistiche: l'esposizione a prospettive, culture e abilità diverse arricchisce il pensiero creativo e l'espressione. I partecipanti sperimentano idee, tecniche e mezzi di comunicazione innovativi, imparando così a riconoscere che modi alternativi di percepire e interpretare il mondo possono migliorare la propria attività.

Competenze professionali: il modulo promuove le competenze essenziali per il futuro impegno professionale nei settori artistico e culturale. I partecipanti acquisiscono esperienza in progetti collaborativi, pianificazione e partecipazione.

L'integrazione della diversità e il rispetto delle differenze in ogni fase dell'esperienza di apprendimento incoraggiano i giovani artisti con disabilità intellettiva e/o neurodiversità a sviluppare il proprio potenziale in modo sostenibile, sicuro e creativo, favorendo un successo artistico, sociale e professionale duraturo.

Risorse aggiuntive

- Creative Europe. Toolkit sulla diversità e l'inclusione: fornisce linee guida pratiche, strategie e strumenti per aiutare le organizzazioni culturali a integrare politiche inclusive e promuovere una partecipazione equa in tutti i settori CCS.

- National Arts Centre. Arte e accessibilità: offre risorse, buone pratiche e linee guida sull'accessibilità volte a sostenere le istituzioni artistiche nella creazione di ambienti accoglienti e senza barriere.
- TEDx Talks on Inclusive Arts: presenta conferenze di professionisti e studiosi che esplorano la diversità, l'accessibilità e il potere della creatività inclusiva nelle arti contemporanee.
- The Unlimited Festival. Celebrazione degli artisti disabili in tutte le discipline: celebra e commissiona opere di artisti disabili in tutte le discipline, promuovendo l'innovazione, la visibilità e la leadership nel settore artistico.
- Università di Brighton. Guida alla pratica artistica inclusiva: fornisce quadri di riferimento, metodologie e casi di studio sulla pratica artistica collaborativa con comunità disabili ed emarginate.
- VSA Arts. Promuove l'accessibilità e l'inclusione nelle arti.
  Offre programmi, risorse e formazione per promuovere l'accessibilità, l'educazione artistica inclusiva e la partecipazione di artisti di tutte le abilità.
- Forum europeo delle persone con disabilità: risorse per la cultura e l'accessibilità. Forum europeo delle persone con disabilità.

Riferimenti

- Arts Council England. (2023). *Creiamo una strategia: inclusione e rappresentanza nelle arti.* Arts Council England.
- Card, A. J. (2022). *Modello bio-psico-socio-tecnico per la salute e il benessere.* Springer.
- Creative Skills Pact. (2024). *Rispondere alle esigenze di competenze nelle industrie culturali e creative*. Creative Skills Pact.

- Diversity Arts Australia. (2022). *Contare la cultura: indagine nazionale sulle organizzazioni artistiche e la diversità*.
- Deardorff, D. K. (2006). *Competenza interculturale: la chiave per la leadership globale.* Pfeiffer.
- Commissione europea. (2018). *Competenze chiave per l'apprendimento permanente*. Ufficio delle pubblicazioni dell'Unione europea.
- Commissione europea. (2020). *LifeComp: Il quadro europeo per le competenze chiave personali, sociali e di apprendimento*. Ufficio delle pubblicazioni dell'Unione europea.
- Commissione europea. (2022). *DigComp 2.2: Il quadro delle competenze digitali per i cittadini*. Ufficio delle pubblicazioni dell'Unione europea.
- Gardner, H. (2011). *Frames of mind: The theory of multiple intelligences (10th anniversary ed.).* Basic Books.
- McKinsey & Company. (26 maggio 2020). *Diversity wins: How inclusion matters*.
- National Endowment for the Arts. (2023). *Partecipazione alle arti e disabilità: prove dal campo.*
- SkillsFuture Singapore. (2024). *Quadro delle competenze per le arti. SkillsFuture Singapore.*
- UNESCO (2022). *Re|Shaping Policies for Creativity Addressing culture as a global public good.* UNESCO Publishing.

Domande di valutazione

In questa sezione troverete cinque domande per aiutarvi a verificare ciò che avete imparato in questo capitolo. Ogni domanda ha una sola risposta corretta. Le risposte sono disponibili alla fine dell'e-book.

Co-funded by the European Union

1. La diversità culturale, linguistica e di abilità può migliorare la creatività.

- VERO
- FALSO

2. Le attività artistiche inclusive dovrebbero concentrarsi solo sul gruppo maggioritario.

- VERO
- FALSO

3. Quale abilità viene rafforzata dal valorizzare prospettive diverse?

- Velocità
- La dimenticanza
- Empatia

4. Qual è uno dei principali ostacoli all'inclusione nell'arte e nella cultura?

- Ostacoli strutturali e di accessibilità
- Finanziamenti illimitati
- Talento universale

5. Qual è un esempio di integrazione della diversità nella pratica?

- Ignorare le voci delle minoranze
- Progettare attività che integrino abilità diverse
- Seguire la stessa routine per tutti

Modulo 06

Tutoraggio creativo: approcci e strategie

MODULO 06: TUTORAGGIO CREATIVO: APPROCCI E STRATEGIE

Obiettivi di apprendimento

Il tutoraggio creativo è uno strumento potente per promuovere lo sviluppo artistico rispettoso delle differenze, soprattutto con giovani con disabilità intellettiva e/o neurodiversità. Questo modulo fornisce agli studenti le conoscenze e le strategie necessarie per guidare i giovani artisti attraverso processi creativi significativi, sostenendo al contempo la loro crescita emotiva e psicologica. Il modulo presenta i principi della psicologia positiva che valorizza i punti di forza individuali promuovendo la resilienza, l'espressione di sé e il potenziamento delle competenze personali. I seguenti obiettivi di apprendimento aiuteranno gli esperti (CCS) e i professionisti (MH) a costruire pratiche di tutoraggio empatiche, efficaci e trasformative.

Gli obiettivi di apprendimento del modulo sono:

- **Progettare** strategie di tutoraggio personalizzate per sostenere gli artisti con disabilità intellettiva e/o neurodiversità attraverso l'utilizzo di approcci creativi e psicologici.
- **Valutare** l'efficacia dei principi della psicologia positiva nelle relazioni di tutoraggio in contesti artistici.
- **Spiegare** il ruolo del tutoraggio creativo nel promuovere l'autonomia, la fiducia e la crescita artistica tra i giovani artisti.

Questo modulo di formazione è la fase preparatoria per i tutor creativi che sosterranno i giovani artisti nell'ambito del Work Package 4 (WP4) - il Programma Modello Culturale e Creativo. Le conoscenze e le competenze acquisite attraverso questo modulo saranno applicate durante le attività

di tutoraggio e l'adozione di un programma standardizzato in ogni polo culturale.

Descrizione dei contenuti: opportunità e sfide

Il tutoraggio creativo è un processo dinamico e multidimensionale che integra la guida artistica con il sostegno emotivo, psicologico e allo sviluppo. Comprende l'insegnamento delle tecniche artistiche e la formazione globale della persona, partendo dal riconoscimento dei suoi punti di forza e dalla promozione di un ambiente sicuro e stimolante per lo sviluppo della creatività. Nell'interazione con giovani artisti il tutoraggio creativo è uno strumento fondamentale per promuovere la valorizzazione delle differenze, l'espressione di sé e la crescita personale. La ricerca sul tutoraggio giovanile orientato alla promozione dei punti di forza indica che le relazioni di guida tendono ad avere un effetto positivo misurabile sui risultati sociali, emotivi e di sviluppo dei giovani, soprattutto quando sono coerenti, di sostegno e orientate alla crescita (Raposa et al., 2019). Nei contesti di tutoraggio creativo orientato alla promozione dei punti di forza per i giovani con disabilità, le relazioni positive e la flessibilità del mentore sono fondamentali per contribuire al successo e al coinvolgimento nel programma. Ad esempio, in un programma di tutoraggio di arti digitali per adolescenti con autismo, i tutor hanno sottolineato che le relazioni positive, le proprie conoscenze ed esperienze e gli approcci adattivi sono essenziali per promuovere risultati significativi (Lee E. A. L. & et. all., 2024).

Questo modulo introduce modelli di tutoraggio centrati sui principi della **psicologia positiva**, che studia ciò che consente agli individui e alle comunità di evolvere. La psicologia positiva integra le prospettive cliniche valorizzando i punti di forza, il significato, l'impegno, le relazioni e i risultati raggiunti. Un quadro di riferimento scientifico ampiamente utilizzato è **il**

modello PERMA di Seligman (emozioni positive, impegno, relazioni, significato, realizzazione), che offre ai tutor una struttura pratica per progettare esperienze che favoriscono la benessere (Seligman, M. E. P., 2011). Recenti lavori empirici che applicano modelli basati sul PERMA in contesti educativi e di sviluppo evidenziano come le pratiche sulle emozioni positive, sull'impegno e sui punti di forza possano rafforzare la creatività e il benessere dei partecipanti (Wammerl M., 2025).

Autoefficacia

L'autoefficacia è la convinzione di una persona nella propria capacità di avere successo in compiti o situazioni specifiche. La ricerca collega l'autoefficacia a una maggiore perseveranza, alla volontà di cimentarsi in compiti impegnativi e alla resilienza. Per i giovani artisti con disabilità intellettiva e/o neurodiversità, l'autoefficacia è importante perché le attività creative possono portare a incertezza e sperimentazione. I tutor forniscono sostegno all'autoefficacia fissando micro-obiettivi raggiungibili, fornendo riscontri specifici incentrati sul processo, modellando le competenze attraverso dimostrazioni sicure e la co-creazione, e celebrando i progressi come prova della crescente capacità (Bandura A., 1997). L'importanza dei punti di forza e dell'autoefficacia nel tutoraggio creativo è in linea con gli approcci che si concentrano sugli interessi e sulle capacità intrinseche piuttosto che sulla correzione delle mancanze, che hanno dimostrato di sostenere la fiducia e l'impegno dei giovani autistici (Lee E. A. L. & et. all., 2024).

Flusso

Il flusso è uno stato di concentrazione e divertimento che si verifica quando la sfida e l'abilità sono ben bilanciate, gli obiettivi sono chiari e il feedback è immediato. Il flusso è legato alla motivazione e alla

soddisfazione nello svolgere l'attività creativa. I tutor possono facilitare il flusso calibrando i compiti in modo che siano stimolanti senza essere eccessivi, chiarendo il significato di successo, offrendo incoraggiamento costante e consentendo un ritmo di attività flessibile e opzioni compatibili con le caratteristiche sensoriali (Deci, E. L., & Ryan, R. M. 2000).

Forza di carattere e uso dei punti di forza

I punti di forza caratteriali, come la creatività, la perseveranza, la curiosità e la gentilezza, sono qualità positive che emergono nei pensieri, nei sentimenti e nei comportamenti. La ricerca sulle qualità suggerisce che identificare e mettere in pratica le proprie qualità favorisce il benessere e lo sviluppo dell'identità. Nel tutoraggio, ciò significa aiutare i giovani artisti a individuare le qualità dimostrate nel processo artistico personale, collegandole a decisioni artistiche concrete e incoraggiando ad applicare le qualità in nuovi contesti (Dieci, E. L., & Ryan, R. M. 2000).

Prospettive complementari basate su prove scientifiche che migliorano il tutoraggio

Tra le prospettive basate su prove scientifiche che arricchiscono questo approccio, spiccano la teoria dell'ampliamento e della costruzione (Broaden-and-Build Theory) e la teoria dell'autodeterminazione (Self-Determination Theory), entrambe rilevanti per comprendere come sostenere lo sviluppo e il benessere nei programmi di tutoraggio.

- **Teoria dell'ampliamento e della costruzione delle emozioni positive** di Fredrickson mostra che le emozioni positive (ad esempio, gioia, interesse, orgoglio) ampliano l'attenzione e il pensiero, consentendo la creatività e costruendo risorse psicologiche durature (Fredrickson B.L., 2001). In pratica, i tutor dovrebbero valorizzare i momenti di

successo, gioco, umorismo e meraviglia, perché questi stati emotivi espandono le possibilità creative e la resilienza.

- **Teoria dell'autodeterminazione (SDT)** rileva che la motivazione e il benessere si rafforzano quando vengono soddisfatti tre bisogni fondamentali: **autonomia, competenza e relazione** (Deci E. L. & Ryan R. M. 2000). È stato dimostrato che uno stile di tutoraggio che favorisce l'autonomia, offrendo scelte significative, riconoscendo i sentimenti ed evitando controlli inutili, aumenta l'impegno e la percezione di competenza. In contesti di disabilità intellettiva lieve, il sostegno all'autonomia è anche associato a un forte senso di autonomia e a una migliore esperienza nell'apprendimento/nelle attività creative (Emond Pelletier J. & Joussemet M., 2016). Per i giovani artisti con disabilità intellettiva e/o neurodiversità, la SDT implica che il tutoraggio dovrebbe:
    - sostenere l'autonomia (scelta dei materiali/temi, rispetto degli stili di comunicazione),
    - costruire la competenza (sviluppare le abilità in passaggi chiari)
    - dare priorità alla relazionalità (relazioni calorose, prevedibili e basate sulla fiducia).

Applicare il rispetto delle differenze con giovani artisti con disabilità intellettiva/neurodiversità

Applicare il rispetto delle differenze richiede sensibilità, flessibilità e impegno verso una pratica che valorizza la diversità. Le differenze di comunicazione possono derivare dall'elaborazione del linguaggio, dall'esperienza sensoriale e dall'espressione emotiva. I tutor possono rispondere adattando la comunicazione (suggerimenti visivi, dimostrazioni concrete, feedback multimodali), fissando aspettative realistiche e flessibili

Co-funded by the European Union

e co-creando strutture che aiutino i giovani artisti a sentirsi sicuri nell'esplorare (Emond Pelletier J. & Joussemet, M., 2016).

Nonostante le sfide, il tutoraggio creativo offre profonde opportunità. Costruendo fiducia e coltivando spazi inclusivi, i tutor aiutano i giovani artisti a sentirsi visti, ascoltati e apprezzati. Attraverso il tutoraggio, i giovani artisti acquisiscono la fiducia necessaria per assumersi la responsabilità del proprio percorso artistico, fare scelte significative e sviluppare la propria autonomia sia nella vita creativa che in quella personale.

Il tutoraggio creativo basato sulla psicologia positiva riguarda l'insegnamento dell'arte e lo sviluppo del potenziale umano. È una relazione trasformativa che aiuta i tutor a scoprire chi sono, cosa possono fare e come possono esprimersi in modi che siano personalmente appaganti e socialmente influenti (Fredrickson B. L., 2001).



Figura 8 Due donne che modellano con cura una scultura in argilla durante una lezione di ceramica. Foto di © Cottonbro Studio, Pexels

Attività suggerite

Attività n. 1: Mappa dei ruoli del mentore

Scopo: identificare e riflettere sui ruoli e le responsabilità di un mentore creativo.

Metodo: riflessione individuale seguita da discussione di gruppo (di persona o online).

Durata: 45 minuti.

Materiali: Modello di mappa dei ruoli (cartaceo o digitale), pennarelli o piattaforme collaborative.

Modello di mappa dei ruoli (compresso)

Ruolo	**Le mie azioni/comportamenti (2-3)**	**Area/e** *(P/S/A/Pr)*
Motivazione	1. ___ 2. ___ 3. ___	___
Guida / Coach	1. ___ 2. ___ 3. ___	___
Ascoltatore / Persona di fiducia	1. ___ 2. ___ 3. ___	___
Scintilla creativa	1. ___ 2. ___ 3. ___	___
Facilitatore	1. ___ 2. ___ 3. ___	___
Sostenitore	1. ___ 2. ___ 3. ___	___
Definitore dei confini *(opzionale)*	1. ___ 2. ___ 3. ___	___
Connettore *(opzionale)*	1. ___ 2. ___ 3. ___	___

Legenda: P = personale, S = sociale, A = artistico, Pr = professionale

Istruzioni

Co-funded by the European Union

- **Fase 1:** Spiegare ai partecipanti i diversi ruoli che può assumere un mentore, ad esempio motivatore, guida o ascoltatore.
- **Fase 2:** ogni studente crea la propria mappa dei ruoli in formato digitale o cartaceo, operazione di 10-15 minuti.
- **Fase 3:** Ogni partecipante condivide la propria mappa con il resto del gruppo e spiega il ragionamento fatto.
- **Fase 4:** Guidare una discussione sui ruoli più impegnativi e sui motivi della difficoltà. Per facilitare la conversazione di gruppo, è possibile utilizzare le seguenti domande:
  - In quali ruoli ti senti più sicuro?
  - Quali ruoli sono poco sviluppati o poco familiari?
  - In che modo questi ruoli sono in linea con le esigenze dei giovani artisti con disabilità intellettive e/o neurodivergenti?
  - Incoraggiare i partecipanti a identificare un ruolo che intendono rafforzare e in che modo questo contribuisce al tutoraggio.

Attività n. 2: Psicologia positiva nella pratica

Scopo: applicare i principi della psicologia positiva a scenari di tutoraggio nella vita reale.

Metodo: lavoro in piccoli gruppi (di persona o online).

Durata: 60 minuti.

Materiali: casi di studio, fogli di lavoro, accesso al questionario VIA Character Strengths.

Istruzioni: analizzare in gruppo un caso studio di un giovane artista con disabilità intellettiva. Identificare i punti di forza del carattere e progettare un piano di tutoraggio che sfrutti questi punti di forza. Presentare il vostro piano e ricevere un riscontro. Alla fine, guidare i partecipanti a riflettere sul tutoraggio presentato. Chiedere:

- In che modo l'identificazione dei punti di forza ha cambiato il vostro approccio al tutoraggio?
- Quali principi della psicologia positiva sono stati più utili?
- Come può essere adattato questo approccio ai diversi profili dei tutor?
- Incoraggiare i partecipanti a utilizzare uno strumento di psicologia positiva nella loro prossima sessione di tutoraggio.

Attività n. 3: Camminata con l'empatia

Scopo: sviluppare empatia e capacità di assumere prospettive diverse nelle relazioni di tutoraggio.
Metodo: attività in coppia seguita da riflessione di gruppo (di persona).
Durata: 45 minuti.
Materiali: Schede con scenari che descrivono le sfide affrontate dai giovani artisti con disabilità intellettive e/o neurodivergenti. Alcuni suggerimenti per applicazioni gratuite utilizzabili per preparare le schede con gli scenari:

- Carte fisiche stampabili: Canva o Adobe Express.
- Mazzi collaborativi rapidi: Flippity + Google Sheets.
- Formazione interattiva online: Genially.

Istruzioni: il facilitatore divide il gruppo in coppie. Ogni coppia sceglie una scheda scenario e recita una conversazione tra mentore e allievo. Le coppie riflettono sulle loro reazioni emotive, sulle strategie di comunicazione e sulle intuizioni acquisite. Per facilitare il gioco di ruolo, forniamo una scheda scenario di esempio:

Titolo: *"La mia idea è stata modificata"*

Ruolo: *Allievo, artista neurodivergente con disabilità intellettiva*

Situazione: *stai lavorando a un'opera di cui sei orgoglioso. Il mentore suggerisce delle modifiche per "migliorarla". Tu interpreti questo suggerimento come "la mia idea non è buona". Inizi a sentirti sulla difensiva o triste, senza riuscire a esprimere questo sentimento a parole.*

Cosa provi:

- *Ci tieni molto alla tua idea.*
- *Il feedback ti sembra un rifiuto.*
- *Ti risulta difficile spiegare perché è importante per te.*
- *Potresti rimanere in silenzio, discutere o dire "va bene, fai come vuoi".*

Il tuo obiettivo: *aiutare il mentore a capire che vuoi rispetto per la tua idea e hai bisogno di un feedback più gentile e chiaro.*

Frase di apertura: *"Perché devo cambiarla? È così che la volevo".*

Poi il facilitatore modera una discussione di gruppo in cui i partecipanti condividono ciò che li ha sorpresi durante il gioco di ruolo. Le domande da porre potrebbero essere:

- Quali emozioni hai provato in ciascun ruolo?
- Come sono cambiate le tue supposizioni?
- Quali strategie sono state utili per entrare in sintonia con il vostro partner?
- Incoraggiare i partecipanti a collegare le loro intuizioni a situazioni di tutoraggio nella vita reale e a identificare una pratica di costruzione dell'empatia che potranno applicare.

Impatto delle competenze apprese

Il tutoraggio creativo ha un ruolo trasformativo nel migliorare le competenze dei giovani artisti con disabilità intellettiva e/o neurodiversità.

Promuove **l'autonomia**, ovvero la capacità di compiere scelte indipendenti e prendere iniziative nell'espressione creativa. Attraverso una guida costante e di supporto, i tutor iniziano a fidarsi delle proprie decisioni, esplorano idee innovative e sviluppano un senso di appartenenza al proprio processo artistico.

Un'altra area chiave di impatto è **la regolazione emotiva**, ovvero la capacità di gestire e rispondere alle esperienze emotive in modo costruttivo. Molti giovani artisti con disabilità intellettiva e/o neurodiversità possono avere difficoltà a esprimere o interpretare le emozioni, soprattutto in contesti sociali o performativi. Integrando i principi della psicologia positiva come esperti (CCS) e professionisti (MH), aiuterete i tutor a costruire la loro resilienza emotiva. Questo consentirà loro di affrontare le sfide, superare le difficoltà e mantenere la motivazione nel loro percorso creativo.

Il tutoraggio creativo sostiene lo sviluppo dell'identità artistica, aiutando i giovani artisti a riconoscere e ad abbracciare la loro voce unica. Questo è fondamentale per l'autostima e l'impegno duraturo nelle arti. Quando i tutor sono considerati e apprezzati per quello che sono risultano più propensi a correre rischi creativi, a collaborare con gli altri e a contribuire in modo significativo alle comunità artistiche.

Questi risultati sono in linea con il **quadro delle competenze ArtisticMinds**, in particolare nei seguenti ambiti:

- **Area personale** – Rafforzamento della consapevolezza di sé, del benessere emotivo e della fiducia in sé stessi attraverso l'esplorazione creativa e il tutoraggio creativo.

- **Area sociale** – Sviluppo della comunicazione interpersonale, dell'empatia e del senso di appartenenza attraverso processi artistici condivisi e la collaborazione tra tutor e allievi.
- **Area artistica** – Espansione delle capacità creative, dell'identità artistica e della libertà di espressione attraverso la sperimentazione di tecniche, materiali e temi personali.
- **Area professionale** – Supporto all'autodeterminazione in contesti legati alla carriera: definizione degli obiettivi, scelte, presentazione del lavoro e costruzione di percorsi verso l'istruzione, le mostre o l'occupazione.

Guida e raccomandazioni per i tutor creativi

Adottare un approccio **basato sui punti di forza**: concentrarsi su ciò che il giovane artisti fa bene. Utilizzare strumenti come il VIA Character Strengths Survey per identificare e rafforzare i tratti positivi:

- **Creare spazi psicologicamente sicuri** - Assicurarsi che l'ambiente di tutoraggio sia privo di giudizi, confronti e pressioni. Celebrare lo sforzo e la sperimentazione.
- **Utilizzare una comunicazione chiara e coerente**: adatta il tuo linguaggio e il tuo stile di supporto alle esigenze cognitive ed emotive di ciascun allievo. Gli ausili visivi, le metafore e la narrazione possono essere strumenti potenti.
- **Incoraggiare la riflessione e la consapevolezza di sé** - Utilizzate diari, sessioni di supporto e stimoli creativi per aiutare i giovani artisti ad articolare i loro pensieri e sentimenti.
- **Dare l'esempio di apertura emotiva e resilienza**: condividete le vostre sfide creative e come le avete superate. Questo crea fiducia e normalizza la vulnerabilità.

- **Mostrarsi flessibile e reattivo**: riconosci che il percorso di ogni allievo è unico. Adatta le tue strategie di tutoraggio in base alle loro esigenze, ai loro interessi e ai loro stati emotivi in continua evoluzione.
- **Collaborare con altri professionist**i della salute mentale, educatori o assistenti per fornire un supporto globale.

Adottando queste pratiche, contribuisci allo sviluppo artistico dei giovani con disabilità intellettiva e/o neurodiversità, al loro benessere generale, alla loro fiducia e al loro senso di appartenenza al mondo creativo.

Risorse aggiuntive

- VIA Institute on Character: offre strumenti e ricerche sui punti di forza del carattere, tra cui il sondaggio VIA gratuito.
- "The Power of Mattering and Meaningful Leadership": TEDx Talk di Angela Maiers: un discorso avvincente su come il tutoraggio e le relazioni significative danno forza alle persone.
- "Extraordinary People – The Musical Genius" (documentario YouTube): segue Derek Paravicini, uno studioso musicale con autismo e cecità, viene mostrato il potere del tutoraggio e del talento artistico.
- Prospettive sul tutoraggio – Reinventare il tutoraggio nelle arti e nelle industrie creative (Progetto REMAM Erasmus+): una pubblicazione completa che esplora modelli di tutoraggio nei settori artistico e culturale.
- Strumenti di psicologia positiva – Therapist Aid: offre un'ampia gamma di fogli di lavoro, esercizi e guide gratuiti basati sui principi della psicologia positiva. Questi includono strumenti per esplorare i punti di forza, la gratitudine, l'autostima e la cura di sé, ideali per i

tutor che lavorano con giovani artisti e persone con disabilità intellettiva.

Riferimenti

- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W. H. Freeman.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience*. Harper & Row.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). *Il "cosa" e il "perché" del perseguimento degli obiettivi: i bisogni umani e l'autodeterminazione del comportamento.* Psychological Inquiry, 11(4), 227–268.
- Emond Pelletier, J., & Joussemet, M. (2016*). I vantaggi di sostenere l'autonomia delle persone con lievi disabilità intellettive: uno studio sperimentale*. Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities, 30(5), 830–846.
- Fredrickson, B. L. (2001). *Il ruolo delle emozioni positive nella psicologia positiva: la teoria dell'ampliamento e della costruzione delle emozioni positive*. American Psychologist, 56(3), 218–226.
- Lee, E. A. L., Milbourn, B., Afsharnejad, B., Chitty, E., Jannings, A.-M., Kealy, R., McWhirter, T., & Girdler, S. (2024). *"We are all bringing, like a unique sort of perspective": Gli elementi fondamentali di un programma di* tutoraggio *basato sui punti di forza nelle arti digitali per adolescenti con autismo dal punto di vista dei loro mentori.* Australian Occupational Therapy Journal, 71(6), 998–1014.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Punti di forza e virtù del carattere: un manuale e una classificazione*. Oxford University Press; American Psychological Association.

Co-funded by the European Union

- Raposa, E. B., Rhodes, J., Stams, G. J. J. M., Card, N., Burton, S., Schwartz, S., & Hussain, S. (2019). *Gli effetti dei programmi di tutoraggio giovanile: una metanalisi degli studi sui risultati*. Journal of Youth and Adolescence, 48, 423–443.
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: Una nuova visione della felicità e del benessere*. Free Press.
- Wammerl, M., & Lichtinger, U. (2025). *PERMA.teach: Uno studio sull'efficacia di un programma standardizzato di formazione all'educazione positiva in Austria*. Frontiers in Psychology, 16.

Domande di valutazione

In questa sezione troverai cinque domande per aiutarti a verificare ciò che hai imparato in questo capitolo. Ogni domanda ha una sola risposta corretta. Le risposte sono disponibili alla fine dell'e-book.

1. Il flusso è uno stato di noia durante le attività creative.
   - VERO
   - FALSO

2. La psicologia positiva si concentra sui punti di forza e sul benessere.
   - VERO
   - FALSO

3. Cosa aiuta lo sviluppo dell'autoefficacia negli allievi?
   - Fiducia nelle proprie capacità
   - Dipendenza dai tutor creativi
   - Paura di fallire

4. Qual è il vantaggio principale del tutoraggio basato sui punti di forza?
   - Evidenzia i punti deboli

- Promuove la resilienza
- Evita argomenti emotivi

5. Qual è il ruolo di un mentore negli spazi creativi rispettosi delle differenze?

- Applicare regole severe
- Incoraggiare la proprietà artistica
- Limitare la sperimentazione

Artistic Minds

Modulo 07

Supportare gli artisti con disabilità intellettiva e/o neurodiversità

MODULO 07: SUPPORTARE GLI ARTISTI CON DISABILITÀ INTELLETTIVA E/O NEURODIVERSITÀ

Obiettivi di apprendimento

Questo modulo fornisce conoscenze utili agli esperti e ai professionisti per comprendere le differenze tra le esigenze specifiche dei giovani artisti neurodivergenti (ad esempio con autismo, disturbi dell'apprendimento come la dislessia) e/o con disabilità intellettiva (ad esempio a causa di sindromi congenite come la sindrome di Down). Gli approcci di riferimento sanciscono i diritti della neurodiversità e hanno l'obiettivo di mettere in pratica scelte concrete di facilitazione.

Partecipando al seguente modulo, sarai capace di:

- **Adattare gli approcci di facilitazione** con maggiore consapevolezza di sé e flessibilità, in modo che le attività possano soddisfare le diverse esigenze artistiche, cognitive e sensoriali.
- **Rafforzare la collaborazione, l'empatia e la consapevolezza culturale** in ambienti artistici rispettosi delle differenze, in particolare in gruppi con abilità miste.
- **Migliorare le capacità creative, tecniche e comunicative** per sostenere l'espressione di sé e la co-creazione in gruppi di giovani artisti con disabilità intellettiva e/o neurodivergenti.
- **Applicare l'etica professionale, l'apprendimento permanente e i principi di benessere** in linea con la Convenzione delle Nazioni Unite sui diritti delle persone con disabilità (UNCRPD) e gli strumenti UE pertinenti (ad esempio, l'Atto sull'accessibilità dell'UE, l'Unione

Co-funded by the European Union

dell'uguaglianza: Strategia sui diritti delle persone con disabilità 2021-2030).

Descrizione dei contenuti: opportunità e sfide

Comprendere la neurodiversità

Il termine neurodiversità, ideato nel 1998 dalla sociologa australiana Judy riguarda la **varietà del funzionamento neurologico umano**, evidenziando le differenze cognitive come modi diversi di essere piuttosto che difficoltà patologiche da correggere (Bellini, 2023). Secondo questa prospettiva, condizioni come l'autismo, l'ADHD, i disturbi dell'apprendimento come la dislessia, la disabilità intellettiva e altri profili rientrano in uno spettro di variazioni neurologiche che riflettono la naturale diversità del cervello umano. Parlare di **neurodiversità** significa riconoscere che le differenze nella cognizione, nella percezione, nell'attenzione, nella comunicazione e nell'elaborazione sensoriale fanno parte della varietà umana. Queste differenze possono arricchire i modi in cui le persone immaginano, creano e collaborano artisticamente (EBSCO, 2023).

Nell'ambito del programma di formazione ArtisticMinds, è fondamentale spiegare i principali profili di neurodiversità, sia per ottenere chiarezza terminologica sia per promuovere la comprensione e il rispetto delle differenze dei giovani artisti che intendiamo sostenere, riconoscendo l'unicità di ogni persona. Prima di presentare condizioni specifiche, è utile notare che "neurodiversità" è un termine generico che comprende differenze di apprendimento, differenze neurocomportamentali e condizioni genetiche che possono influenzare il modo in cui le persone apprendono e comunicano. L'infografica mostra una rappresentazione del concetto generale di neurodiversità.

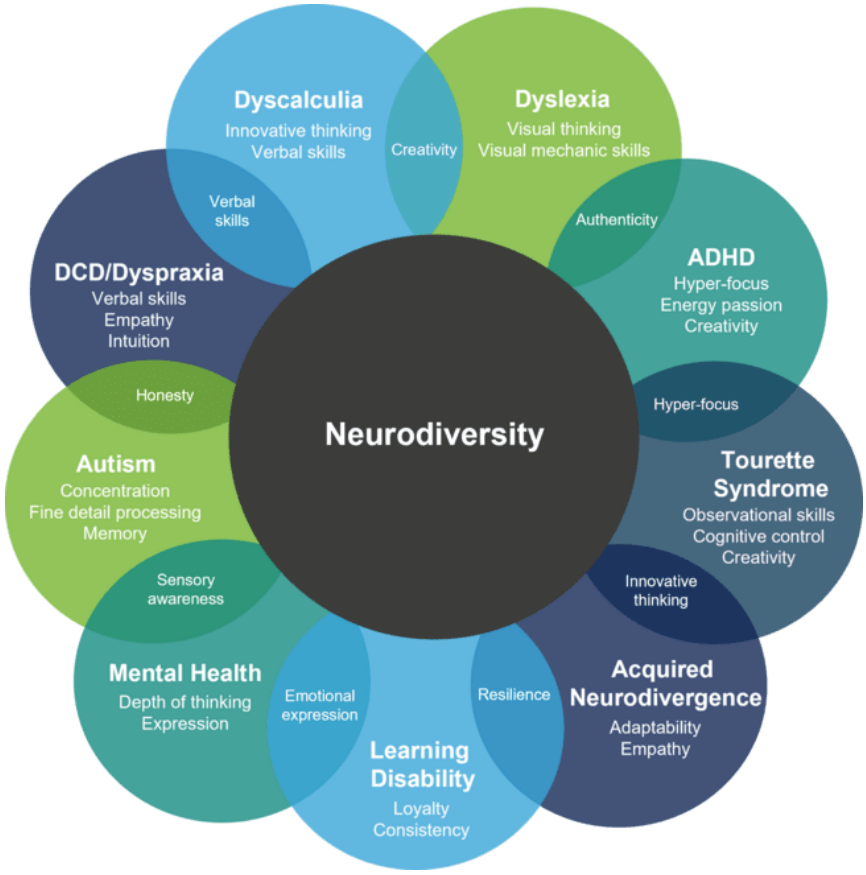


Figura 9 Rappresentazione grafica delle neurodiversità - Butler University

Un approccio che riconosce la neurodiversità parte dalla domanda: "**Cosa può portare questo stile cognitivo?",** piuttosto che " Cosa fare per favorire il comportamento conforme di questo giovane? L'obiettivo è sostenere l'accesso, la partecipazione e la crescita artistica, rispettando l'identità, le scelte e i diritti della persona.

I principali profili della neurodiversità

La forma più discussa di neurodiversità è **il disturbo dello spettro autistico (ASD)**. L'ASD comporta modi diversi di elaborare le informazioni sociali e sensoriali. Le persone con autismo preferiscono le routine, comunicano in modo diretto e sono sensibili agli stimoli sensoriali ambientali. Gli studi epistemologici sottolineano che queste caratteristiche riflettono modalità cognitive coerenti e funzionali (Boilson M. & et. all, 2022). In un contesto

creativo, queste caratteristiche possono manifestarsi come attenzione ai dettagli, rigore, visione originale dell'esperienza artistica e approccio approfondito agli interessi e ai materiali (EBSCO, 2023).

Un'altra forma di neurodiversità è **il disturbo da deficit di attenzione e iperattività (ADHD).** L'ADHD comporta difficoltà nel mantenere l'attenzione, nell'organizzare le attività e nel controllare l'impulsività. La letteratura sull'argomento rileva che queste differenze influenzano il modo in cui viene mantenuta l'attenzione e vengono pianificati i compiti, senza ridurre l'intelligenza e sono associate al pensiero divergente e alla creatività (EBSCO, 2023). Ad esempio, alcuni studi qualitativi suggeriscono che le persone con ADHD possono incontrare difficoltà organizzative, ma dimostrano una capacità eccezionale di affrontare problemi complessi con soluzioni innovative, in particolare nei compiti insoliti (Liebel et al., 2023).

Il termine **disabilità intellettiva (ID)** indica le differenze nello sviluppo delle capacità cognitive e adattive che possono influire sull'apprendimento complesso. Tuttavia, la ricerca sulla neurodiversità evidenzia che le esperienze cognitive sono variegate; molte persone con disabilità intellettiva hanno punti di forza unici, in particolare nella comprensione visiva, nella comunicazione non verbale e nelle abilità pratiche (Boilson et al., 2022).

La disabilità intellettiva è spesso presente nelle persone con **sindrome di Down**, una condizione genetica che comporta cambiamenti nello sviluppo neurologico che influiscono sulla memoria di lavoro, sul linguaggio e sulla velocità di elaborazione. Molte persone con sindrome di Down dimostrano una forte motivazione sociale, resilienza e capacità di collaborazione, tutte qualità molto apprezzate negli ambienti artistici. La documentazione

scientifica contemporanea sulla neurodiversità incoraggia ad ascoltare le persone con sindrome di Down, ad evitare narrazioni incentrate sulle difficoltà e a riconoscere il valore creativo della partecipazione attiva (Van Elswijk et al., 2025).

Infine, una delle forme più comuni di neurodiversità è rappresentata dai **disturbi dell'apprendimento (DSA)**, definite come approcci alternativi all'elaborazione, all'organizzazione e all'utilizzo delle informazioni. Queste differenze sono descritte in letteratura come variazioni neurologiche che influenzano specifici processi cognitivi senza compromettere l'intelligenza generale (EBSCO, 2023).

La dislessia è un esempio paradigmatico di differenza di apprendimento che influisce sulla lettura e sulla decodifica del linguaggio scritto. Le persone con dislessia possono avere difficoltà con la precisione e la fluidità nella lettura, ma dimostrano pensiero visivo, creatività e capacità di risolvere i problemi con processi cognitivi alternativi. Altri esempi includono **la disgrafia** (difficoltà nella scrittura) e **la discalculia** (difficoltà con i numeri). Esistono anche differenze nell'attenzione esecutiva legate all'ADHD che possono influire sulla gestione dei compiti e sulla struttura cognitiva in modi specifici e non patologici (EBSCO, 2023).

Comprendere queste differenze di apprendimento permette di creare ambienti educativi, formativi o artistici che utilizzano supporti visivi, modulano il testo, hanno ritmi flessibili e danno istruzioni per supportare punti di forza di tutti i partecipanti.

Ostacoli all'inclusione

I giovani artisti con disabilità intellettiva e/o neurodivergenti spesso devono affrontare ostacoli derivanti da ambienti, atteggiamenti e sistemi

che mancano di accessibilità. La ricerca dimostra che questi ostacoli derivano da **pratiche comunicative e organizzative** inappropriate (Kerschbaum et al., 2017).

Tali barriere possono sorgere quando le indicazioni sono presentate con un linguaggio complesso e astratto, solo all'inizio dell'attività e senza supporti visivi o ripetizioni; quando il linguaggio scritto, come moduli, orari e documenti informativi, utilizza un vocabolario complesso o caratteri piccoli; o quando manca il supporto della comunicazione alternativa e aumentativa (CAA) (Rose & Meyer, 2002). È necessario prevedere metodi di apprendimento e di comunicazione alternativi attraverso l'uso di immagini, gesti o strumenti multimediali piuttosto che solo testi verbali.

Le barriere sociali sono aspettative riduttive o stereotipate, come credere che i giovani con disabilità manchino di impegno nelle pratiche artistiche o che la loro partecipazione sia meramente terapeutica o un modo per occupare il tempo. Gli atteggiamenti paternalistici, in cui gli adulti prendono decisioni per conto dei giovani artisti con disabilità, limitano l'autodeterminazione e alimentano lo stigma.

Allo stesso modo, **le istituzioni e i programmi culturali** spesso mancano di politiche inclusive, informazioni accessibili e finanziamenti per il supporto specialistico, come assistenti, interpreti e adattamenti, nonché la formazione del personale in materia di comunicazione inclusiva e diritti dei disabili. Questo impedisce la piena partecipazione (Seale, 2013).

Anche **gli spazi fisici** possono presentare barriere di accessibilità, con illuminazione intensa o instabile, rumore, odori forti, transizioni imprevedibili, mancanza di aree tranquille e il presupposto che esista un solo modo "corretto" di lavorare, tutti fattori che possono sopraffare le persone con differenze sensoriali o di attenzione (Grandin & Panek, 2013).

Opportunità e soluzioni pratiche

Una pratica rispettosa delle differenze guida le scelte del design. **L'Universal Design for Learning (UDL)**, propone attività che consentono a tutti di partecipare attraverso molteplici modalità - visive, uditive, motorie e tecnologiche - e di esprimere i risultati in forme diverse, valorizzando così la diversità cognitiva (Rose & Meyer, 2002). Approcci come la co-creazione e la co-autorialità, in cui i giovani artisti contribuiscono insieme a tutor o ai facilitatori con disabilità alla definizione di temi, materiali e decisioni, sostengono l'autonomia e la dignità creativa. Una comunicazione accessibile, come l'uso di un linguaggio semplice, immagini, assenza di dimostrazioni e routine chiare, amplia le possibilità di accesso all'arte (CAST, 2018). Infine, gli ambienti che valorizzano i punti di forza - struttura, tempo sufficiente, regolazione sensoriale e feedback collaborativo - promuovono l'espressione individuale in modo più efficace di qualsiasi tentativo di "normalizzazione".

Un modo utile per rendere operativa il rispetto delle differenze è di rivedere quattro aree:

- **Informazione e comunicazione**: fornire informazioni con un linguaggio semplice e versioni visive delle informazioni chiave. Utilizzare istruzioni dettagliate, modelli e ripetizioni senza toni paternalistici. Offrire formati alternativi (audio, immagini, facile lettura, caratteri grandi). Prevedere la creazione di supporti in CAA dove necessario.
- **Ambiente e accessibilità sensoriale:** ridurre i rumori, fornire angoli tranquilli e transizioni prevedibili. Utilizzare programmi visivi, zone di lavoro chiare e routine coerenti. Offrire opzioni

sensorialmente accessibili (cuffie, scelta dell'illuminazione, pause).

- **Relazioni e potere:** praticare l'"autonomia assistita" ovvero offrire aiuto come opzione. Chiedere il consenso nei momenti chiave (contatto fisico, foto, condivisione pubblica, esibizione). Sfidare il paternalismo, chiedendo all'artista cosa desidera, senza dare nulla per scontato.
- **Preparazione organizzativa:** rendere l'accessibilità parte integrante dei piani strategici e dei bilanci (non un'aggiunta). Integrare la formazione del personale e la supervisione nella pratica quotidiana. Collaborare con le organizzazioni che supportano le persone con disabilità e con le famiglie, mantenendo centrale la voce dell'artista.

Esempi europei illustrativi integrati nella pratica

Questi esempi mostrano come **le pratiche artistiche che rispettano le differenze** integrino le persone con disabilità nei processi creativi, sia come performer che come co-creatori.

- Progetto europeo "Inclusive Theatre(s)" (Spagna): il progetto Inclusive Theatre(s), finanziato dal programma Creative Europe della Commissione Europea, coinvolge partner culturali spagnoli nello sviluppo di buone pratiche per l'accessibilità nel teatro, comprese produzioni e servizi rivolti a un pubblico con disabilità sensoriali e cognitive. Un collettivo teatrale coinvolge attori con disabilità attraverso prove strutturate, lavoro sul testo e processi decisionali condivisi, trattando i partecipanti con disabilità come colleghi.
- Terapia Artis – Piattaforma di arti visive (Finlandia): una piattaforma visiva gratuita che offre spazio e sostegno agli artisti che

condividono esperienze legate alla salute mentale consentendo loro di esporre opere individuali o collettive, digitali o manuali, promuovendo così la partecipazione creativa e l'accessibilità.

- ArtDiCo – Digital storytelling for inclusion (Erasmus+) (Italia): media designer e arteterapeuti supportano i giovani artisti nella sceneggiatura, nella registrazione vocale e nell'editing di base con strumenti accessibili e un supporto adeguato, rafforzando l'alfabetizzazione digitale e l'autotutela.

Outsider Art (Art Brut): Guidare senza decidere

Il concetto di **Outsider Art (Art Brut)**, introdotto da Jean Dubuffet nel 1945, celebra il lavoro creativo prodotto al di fuori delle istituzioni artistiche tradizionali, di persone ricoverate in ospedali psichiatrici, istituti di lunga degenza o in posizioni sociali emarginate. Molti di questi creatori oggi sarebbero descritti come neurodivergenti o con disabilità intellettiva.

L'Art Brut sfida l'idea che solo gli artisti con una formazione convenzionale producano "vera" arte. Valorizza la spontaneità, il simbolismo personale e la resistenza alle norme estetiche convenzionali. Questa tradizione ha contribuito a legittimare produzioni artistiche al di fuori dei circuiti formativi convenzionali (Dubuffet, 1949; Cardinal, 1972), aprendo uno spazio di riconoscimento che la riflessione contemporanea estende anche agli artisti con disabilità intellettiva e neurodiversità. Per i facilitatori, l'obiettivo è **guidare senza** decidere (Maclagan, 2011):

- Offrire suggerimenti aperti ("qualcosa che ti fa sentire forte", "un luogo che sogni")
- Incoraggiare la sperimentazione con i materiali senza correggere la forma o la tecnica

- Rispettare l'interpretazione che il giovane artista dà della propria opera evitando di imporre significati simbolici
- Nelle mostre, assicurare il coinvolgimento dei giovani artisti nelle decisioni relative a titoli, testi, prezzi e uso delle loro immagini.

La facilitazione etica significa mantenere un delicato equilibrio tra sostenere l'esplorazione, fornire una struttura per garantire la sicurezza e la chiarezza, senza focalizzarsi sulla paternità dell'opera.



Figura 10 Un uomo e una donna lavorano insieme alla litografia. Attività creativa inclusiva con giovani artisti - VTC Margarita (Atene, 2025)

Attività suggerite

Attività n. 1: Workshop di riflessione su casi concreti

Scopo: collegare i principi inclusivi a situazioni reali e identificare scelte di facilitazione praticabili.

Metodo: piccoli gruppi (3-5 persone).

Durata: 25 minuti.

Materiali: Lavagna a fogli mobili/pennarelli o lavagna digitale condivisa; gli esempi europei sopra riportati e/o un esempio reale locale.
Istruzioni:

- **Fase 1:** ogni gruppo seleziona un esempio (Spagna/Finlandia/Italia) presente nella sezione precedente o un caso reale simile dal contesto dei partecipanti.
- **Fase 2:** ogni gruppo riassume le seguenti informazioni sul caso selezionato: chi è coinvolto, qual è il contesto, quali ostacoli sono emersi (comunicazione, sensoriali, sociali, istituzionali).
- **Fase 3:** Ogni gruppo identifica le strategie utilizzate nel caso selezionato (ad esempio, script visivi, orari flessibili, adeguamenti sensoriali, co-creazione).
- **Fase 4:** Annotare i risultati per i giovani artisti (partecipazione, fiducia, sviluppo artistico) e per il personale/pubblico.
- **Fase 5:** ogni gruppo produce un poster di una pagina intitolato "Cosa possiamo prendere in prestito" con tre azioni da applicare nel vostro contesto. Concludere questa fase con una breve sessione plenaria di condivisione per favorire lo scambio di idee.

Attività n. 2: Riprogettazione di uno spazio inclusivo

Scopo: esercitarsi nell'analisi dell'accessibilità e nella pianificazione realistica dei miglioramenti.
Metodo: piccoli gruppi.
Durata: 20 minuti.
Materiali: carta/penna o lavagna digitale; esempio di un luogo culturale o del proprio ambiente (stanza, studio, sala prove).
Istruzioni: ogni gruppo prende in esame un luogo culturale o un programma artistico che conosce bene (un teatro, uno studio, una

galleria, un centro sociale). Disegna come funzionano lo spazio e il processo, quindi risponde alle seguenti domande:

- Cosa potrebbe essere difficile qui per un giovane artista con disabilità intellettiva e/o neurodiversità?
- Cosa potremmo cambiare nei prossimi 6-12 mesi per migliorare l'accessibilità fisica, cognitiva e sensoriale?
- Quali politiche, routine o atteggiamenti dovrebbero cambiare?

I gruppi indicano un "prima e dopo": una breve descrizione o una pianta della situazione di partenza e una versione rivista che mostra le modifiche (angolo tranquillo, programma visivo, moduli semplificati, processo di accoglienza più chiaro, ecc.). Annotare chi dovrebbe essere coinvolto nel cambiamento (direzione, tecnici, famiglie, organizzazioni locali per la disabilità).

Attività n. 3: Guidare senza decidere

Scopo: praticare l'autonomia assistita e la facilitazione etica.
Metodo: coppie.
Durata: 15 minuti.
Materiali: Schede di suggerimento opzionali.
Istruzioni: In coppia, i partecipanti fanno un breve gioco di ruolo. Uno interpreta un giovane artista con disabilità intellettiva (ID) e/o neurodivergente che crea un'opera diversa da quella prevista dal facilitatore; l'altro interpreta il facilitatore che cerca di fornire supporto senza prendere il sopravvento. L'artista può decidere se desidera aiuto, rassicurazione, nuovi materiali o semplicemente spazio. Il "facilitatore" si esercita a:

- porre domande aperte
- offrire scelte
- riconoscere le intenzioni dell'artista
- resistere all'impulso di "correggere" l'opera.

Dopo alcuni minuti, i ruoli si invertono. Segue una breve riflessione di gruppo:

- Cosa è stato di supporto?
- Quando la guida ha iniziato a trasformarsi in controllo?
- Come potrebbe manifestarsi questo aspetto nei workshop reali?

Impatto delle competenze apprese

L'applicazione degli approcci descritti in questo modulo influisce sulle attività a diversi livelli. Quando le pratiche rispettose delle differenze sono integrate in modo efficace, hanno un impatto positivo sui giovani artisti:

- Favoriscono il senso di sicurezza e rispetto e promuovono così una partecipazione costante.
- Offrono l'opportunità di **esercitare la propria libertà di scelta, assumersi rischi creativi e assumere ruoli di leadership** in modo proporzionato e significativo per loro.
- Rafforzano la loro identità artistica dato che vengono riconosciuti come artisti, colleghi e coautori.
- Sviluppano competenze in tutte e quattro le aree del quadro ArtisticMinds:
    - *Personale* (consapevolezza di sé, fiducia, regolazione emotiva);
    - *Sociale* (comunicazione, collaborazione, gestione dei conflitti);
    - *Artistica* (abilità, sperimentazione, stile personale);

- *Professionale* (affidabilità, comprensione dei ruoli, alfabetizzazione di base sui progetti).

Gli approcci rispettosi delle differenze trasformano anche le dinamiche di gruppo:

- I gruppi con abilità miste diventano spesso spazi di **apprendimento reciproco**, dove vengono messe in discussione le supposizioni sulle "abilità" e la creatività di tutti viene stimolata.
- I coetanei senza disabilità imparano a adattare la comunicazione, a condividere i ruoli e ad apprezzare diverse forme di contributo.
- I conflitti basati su incomprensioni o sovraccarico sensoriale tendono a diminuire quando l'ambiente è adattato e la comunicazione è più chiara.

A livello organizzativo, l'integrazione di pratiche rispettose delle differenze porta a benefici sistemici:

- I programmi evolvono da un accessibilità su misura a un **approccio basato sui diritti,** integrato nei piani, nei bilanci e nelle politiche.
- Il personale sente maggior sicurezza ed è meno preoccupato di "commettere errori", perché sono presenti linee guida chiare e un linguaggio condiviso.
- Le relazioni con le organizzazioni che supportano le persone con disabilità, le loro famiglie e i servizi di salute mentale diventano più equilibrate e reciprocamente vantaggiose.

In breve, quando le organizzazioni applicano questo modulo, l'accessibilità cessa di essere un'iniziativa marginale e diventa un aspetto fondamentale dell'esperienza artistica.

Per riassumere questo impatto sul formato utilizzato durante la formazione:

Dimensione	**Risultato atteso**
Personale	Maggiore empatia, autoregolamentazione e adattabilità tra professionisti e giovani artisti.
Sociale	Maggiore collaborazione, sostegno tra pari e legame con la comunità.
Artistico	Pratiche creative più innovative, autentiche e autonome.
Professionale	Miglioramento dell'etica, delle capacità di riflessione e della metodologia inclusiva nel lavoro quotidiano.

Tutti questi risultati confermano l'obiettivo centrale del Modulo 7: gli ambienti artistici progettati pensando ai giovani artisti con disabilità intellettiva e/o neurodivergenti migliorano la qualità artistica e ampliano anche le opportunità di crescita personale, sociale e professionale, promuovendo il rispetto delle differenze come parte integrante della pratica creativa.

Risorse aggiuntive

- Commissione Europea (2021). Unione dell'uguaglianza: Strategia sui diritti delle persone con disabilità 2021-2030: strategia dell'UE che pone l'accento sull'accessibilità, la partecipazione e i diritti, anche nella cultura e nelle arti.
- Linee guida per l'istruzione e la cultura inclusive (Autism Europe, 2020):
  Raccomandazioni per ambienti di apprendimento e culturali accessibili per le persone con autismo.

- Pratiche inclusive nelle arti (Arts Council England, 2021): Casi di studio, liste di controllo e riflessioni sulla programmazione accessibile, la commissione di opere e lo sviluppo del pubblico.
- Rapporto mondiale sulla disabilità (Organizzazione mondiale della sanità, 2022): Panoramica sulla prevalenza della disabilità, le barriere e le buone pratiche, con sezioni dedicate alla partecipazione della comunità e alla cultura.

Riferimenti

- Arts Council England. (2021). *Pratiche inclusive nelle arti: casi di studio, liste di controllo e riflessioni sulla programmazione accessibile, la commissione e lo sviluppo del pubblico.*
- Autism Europe. (2020). *Linee guida per l'istruzione e la cultura inclusive: raccomandazioni per ambienti di apprendimento e culturali accessibili per le persone con autismo.*
- Bellini, E. (2023). *Neurodiversità Neurodivergenza*.
- Boilson, M., Rutherford, M., Shah, P., Johnston, L., Maciver, D., Prior, S., & Forsyth, K. (2022). *Disturbi dello sviluppo neurologico e neurodiversità: definizione dei termini da parte del National Autism Implementation Team scozzese*. British Journal of Psychiatry, 221(3), 577–579.
- British Journal of Psychiatry. (2022). *Disturbi dello sviluppo neurologico e neurodiversità: definizioni e quadri di riferimento*.
- Biblioteche dell'Università Butler (15 gennaio 2026) *Neurodiversità: Nozioni fondamentali sulla neurodiversità*. Guide alla ricerca (LibGuides).
- Cardinal, R. (1972). *Outsider art*. Studio Vista.

- CAST. (2018). *Linee guida per la progettazione universale dell'apprendimento versione 2.2.*
- Dubuffet, J. (1949). *L'art brut préféré aux arts culturels*. Galerie René Drouin.
- EBSCO. (n.d.). *Neurodiversità.* EBSCO Research Starters. Estratto il 10 febbraio 2026.
- Commissione Europea. (2021). Strategia dell'Unione per l'uguaglianza dei diritti delle persone con disabilità 2021-2030.
- Grandin, T., & Panek, R. (2013). *Il cervello autistico: Pensare attraverso lo spettro*. Houghton Mifflin Harcourt.
- Kerschbaum, S. L., Eisenman, L. T., & Jones, J. M. (Eds.). (2017). *Negoziare la disabilità: divulgazione e istruzione superiore*. University of Michigan Press.
- Liebel, G., Langlois, N., & Gama, K. (2023). *Sfide, punti di forza e strategie degli ingegneri informatici con ADHD: un caso di studio.* arXiv.
- Maclagan, D. (2011). *Arte outsider: dai margini al mainstream*. Reaktion Books.
- Rose, D. H., & Meyer, A. (2002). *Insegnare a ogni studente nell'era digitale: progettazione universale per l'apprendimento*. ASCD.
- Seale, J. (2013). *E-learning e disabilità nell'istruzione superiore: ricerca e pratica sull'accessibilità* (2a ed.). Routledge
- Springer. (2025). *Disturbi dello sviluppo neurologico, neurodiversità e bioetica*. Neuroetica. Estratto il 10 febbraio 2026.
- Organizzazione Mondiale della Sanità. (2022). *Global report on health equity for persons with disabilities*

Co-funded by the European Union

- Van Elswijk, R., Bervoets, M., & van den Boschloo, V. (2025). *Disturbi dello sviluppo neurologico, neurodiversità e bioetica.* Neuroetica, 19(1), Articolo 100124.

Domande di valutazione

In questa sezione troverete cinque domande per aiutarvi a verificare ciò che avete imparato in questo capitolo. Ogni domanda ha una sola risposta corretta. Le risposte sono disponibili alla fine dell'e-book.

1. Gli ambienti artistici accessibili considerano la neurodiversità una variazione naturale, non un deficit.
   - VERO
   - FALSO

2. L'obiettivo principale del facilitatore è quello di correggere la produzione artistica per garantire che corrisponda agli standard convenzionali.
   - VERO
   - FALSO

3. Quale delle seguenti definizioni descrive meglio il Universal Design for Learning (UDL)?
   - Insegnare attraverso un metodo fisso.
   - Progettare approcci di apprendimento flessibili e multisensoriali.
   - Ridurre il ritmo delle attività per tutti.

4. Qual è un elemento chiave della facilitazione etica in contesti artistici inclusivi?
   - Guidare senza decidere, rispettando l'autonomia dell'artista.
   - Evitare la comunicazione per preservare l'"indipendenza".
   - Imporre risultati identici per tutti gli artisti.

Co-funded by the European Union

5. Quale adeguamento ambientale supporta meglio gli artisti con sensibilità sensoriali?

- Illuminazione intensa, odori forti e musica ad alto volume.
- Transizioni imprevedibili tra un compito e l'altro.
- Aree tranquille, illuminazione soffusa e struttura visiva chiara.

Artistic Minds

Modulo 08

Supportare gli artisti con difficoltà di salute mentale

MODULO 08: SUPPORTARE GLI ARTISTI CON DIFFICOLTÀ DI SALUTE MENTALE

Obiettivi di apprendimento

Questo modulo esplora l'intreccio tra pratica artistica e salute mentale, e cosa questo significhi per i giovani artisti con disabilità intellettiva e/o neurodivergenti. Offre agli esperti (CCS) e ai professionisti della salute mentale (MH) una guida pratica per riconoscere i comuni disturbi di salute mentale, ridurre lo stigma e creare ambienti creativi di supporto, informati sul trauma, in cui il potenziale artistico e il benessere emotivo possano trovare realizzazione.

Partecipando al seguente modulo, sarai capace di:

- **Riconoscere** le principali condizioni di salute mentale e il loro impatto sulla partecipazione e la collaborazione artistica.
- **Identificare** gli ostacoli e applicare pratiche di sostegno al trauma negli ambienti creativi.
- **Attuare** strategie per creare spazi sicuri, privi di stigma e che favoriscano il potenziamento delle capacità per l'impegno artistico.

Descrizione dei contenuti: opportunità e sfide

Panoramica storica: arte, creatività e salute mentale

Nel corso della storia, le società hanno immaginato un legame tra creatività artistica e disturbi mentali. Gli scrittori dell'antica Grecia indicavano *la mania* e il genio come caratteristiche intrecciate di poeti e veggenti, ipotizzando che il genio creativo potesse emergere da stati mentali alterati. Nella storia culturale occidentale, le narrazioni romantiche hanno ulteriormente idealizzato il *genio tormentato*: figure come Vincent

Co-funded by the European Union

van Gogh o Lord Byron sono diventate rappresentative della sofferenza legata al successo artistico. Questa spiegazione ha trovato riscontro anche nella ricerca psicologica: le prime analisi sulla creatività e la psicopatologia hanno identificato dei legami tra persone creative e disturbi mentali, anche se i limiti metodologici e le definizioni incoerenti hanno reso difficile interpretare questi legami in modo affidabile (Richards, 2001; Kaufman, 2001).

Allo stesso tempo, alcune tradizioni artistiche - iconografia religiosa, arti popolari e rituali comunitari - hanno utilizzato le pratiche creative per guarire, celebrare e mantenere i legami sociali. Queste pratiche prevedono espressioni simboliche e impegno collettivo, che possono svolgere un ruolo nella creazione di significato e nell'elaborazione emotiva al di là degli stati cognitivi individuali (Sawyer & Henriksen, 2023).

La ricerca contemporanea contribuisce a bilanciare questa visione. In primo luogo, i disturbi mentali sono **diffusi nell'intera popolazione senza essere esclusivi degli** artisti o di specifici gruppi professionali. Le stime suggeriscono una prevalenza durante la vita dei disturbi dell'umore e d'ansia nei campioni della popolazione generale, sottolineando che i disturbi mentali sono diffusi piuttosto che specifici di una professione. La creatività va intesa come una **dimensione del pensiero e del comportamento umano** che varia nella forma e nell'espressione a seconda delle persone e dei contesti. I modelli psicologici moderni sottolineano che la creatività e la salute mentale sono concetti distinti che *interagiscono* in modi sfumati, piuttosto che implicare relazioni deterministiche tra genio e malattia mentale.

Le ricerche sull'attività artistica e sul benessere dimostrano che **l'attività creativa favorisce la salute mentale**. Le evidenze meta-analitiche

indicano che, in campioni ampi e diversificati, il coinvolgimento in attività creative favorisce alcuni aspetti del benessere. Questi effetti sono coerenti con i risultati che dimostrano la correlazione tra l'espressione creativa e un maggior benessere soggettivo, come ad esempio umore positivo e soddisfazione di vita, dopo aver controllato lo stress e altre variabili negative (Selcuk et al., 2020).

Inoltre, la ricerca indica che la partecipazione ad attività creative, attraverso programmi terapeutici, arti performative o iniziative artistiche multidisciplinari, può **migliorare la salute mentale**, riducendo i sintomi di depressione e ansia e garantendo una migliore qualità della vita. Ad esempio, gli interventi che utilizzano le pratiche artistiche hanno dimostrato una riduzione del disagio psicologico e un aumento del benessere a seguito di un coinvolgimento creativo prolungato, nella popolazione di giovani e adulti. Gli studi qualitativi mostrano che i laboratori creativi favoriscono il potenziamento delle capacità personali, l'espressione di sé e la connessione sociale, mettendo in luce il ruolo dell'attività creativa nei percorsi di recupero orientati al benessere globale e alla ricerca di significato piuttosto che alla sola patologia (Tanigughi et al., 2025).

In sintesi, la creatività e la salute mentale sono **dimensioni interagenti ma indipendenti** della vita umana. La pratica artistica può sostenere il benessere, la resilienza e la coesione sociale di molte persone, mentre altre persone possono convivere con condizioni di salute mentale che meritano comprensione e sostegno nel rispetto dei diritti. La ricerca contemporanea ha una visione *pluralistica*: la creatività non implica la presenza della malattia mentale né la malattia mentale è un prerequisito per la creatività.

Tuttavia, l'impegno in attività creative formali e informali può contribuire al benessere umano e alla salute psicosociale.

Comprendere la salute mentale nelle arti

L'Organizzazione Mondiale della Sanità definisce la salute mentale come uno stato in cui gli individui realizzano le loro capacità, affrontano i normali stress della vita, lavorano in modo produttivo e contribuiscono alla loro comunità. All'interno di questa definizione, la salute mentale è un **equilibrio dinamico** di risorse emotive, psicologiche e sociali. Nel contesto artistico, questo equilibrio può essere influenzato da pressioni e opportunità specifiche: reddito irregolare, esposizione pubblica, lavoro precario, ma anche espressione significativa di sé, riconoscimento e appartenenza.

Le persone attive nel mondo dell'arte possono talvolta sperimentare condizioni di salute mentale comuni, tra cui **depressione, disturbi d'ansia, disturbi dello spettro bipolare e psicosi**. Alcune persone descriveranno invece "burnout", "sopraffazione" o "sensazione di essere bloccati". Per **i giovani artisti con disabilità intellettiva e/o neurodiversità**, esperienze come l'esclusione, il bullismo, la mancanza di opportunità accessibili o il sovraccarico sensoriale possono influire ulteriormente sul benessere emotivo.

Per gli esperti (CCS) e i professionisti (MH), l'idea principale è che la creatività **e la vulnerabilità mentale possono essere presenti nella stessa persona.** Le arti diventano un contesto potente in cui il disagio può essere **amplificato da condizioni non sicure** oppure contenuto **e trasformato grazie a contesti** di sostegno. Clift e Camic (2016) e Fancourt e Finn (2019) forniscono ampie prove che la partecipazione alle attività artistiche favorisce la prevenzione, il recupero e l'inclusione sociale quando gli ambienti sono progettati con intenzione.

Ostacoli all'accessibilità

Sebbene le attività artistiche possano essere una potente risorsa per il benessere, molte persone che lavorano o desiderano lavorare nel settore culturale e creativo devono affrontare ostacoli significativi che influiscono sulla loro salute mentale e sulla loro capacità di partecipare. Questi ostacoli riguardano sia individui "vulnerabili" che l'organizzazione del settore culturale, come anche la definizione stessa di successo.

- **Stress da prestazione e pressione creativa**
  Le attività artistiche sono esposte al giudizio del pubblico: audizioni, prime, mostre, commissioni di finanziamento, social media. Questo genera una forte ansia da prestazione e autocritica ("Non sono mai abbastanza bravo"). Per i giovani artisti con disabilità intellettiva e/o neurodiversità, questa pressione può essere intensificata dallo stigma interiorizzato o da precedenti esperienze di fallimento a scuola o nei servizi. Se il feedback è poco chiaro o umiliante, gli spazi artistici possono diventare insicuri anziché di supporto.

- **Libera professionista e insicurezza economica**
  La maggior parte dell'attività culturale è svolta in libera professione e su progetti. Il reddito è irregolare, i contratti sono brevi, la protezione sociale è limitata. Per chiunque, questa insicurezza economica può aumentare lo stress e la preoccupazione per il futuro. Per i giovani artisti con disabilità intellettiva e/o neurodiversità, orientarsi tra contratti complessi, fatturazione, regole sui benefici o improvvisi intervalli tra un progetto e l'altro può essere molto difficile senza aiuto. La paura di perdere i benefici legati alla disabilità o l'accesso ai servizi essenziali può scoraggiare le persone dal cogliere le opportunità, anche quando possiedono talento e motivazione.

- **Isolamento e frammentazione**

  Gli artisti lavorano spesso da soli o in piccoli gruppi temporanei. I periodi di prove possono essere intensi ma brevi, seguiti da periodi con pochi contatti. Questo ritmo può portare all'isolamento, soprattutto per coloro che già soffrono di ansia sociale, difficoltà di comunicazione o esclusione in altri ambiti della vita. I giovani artisti con disabilità intellettiva e/o neurodiversità possono dipendere dalla famiglia, dagli assistenti o dai servizi per il trasporto e l'organizzazione. Quando questi supporti mancano di coerenza con i programmi artistici, la partecipazione rischia di interrompersi.
- **Ansia, esaurimento e affaticamento emotivo**

  La combinazione di pressione creativa, insicurezza economica e isolamento può creare livelli elevati di ansia, burnout e affaticamento emotivo. Gli artisti possono sentire di dover essere sempre disponibili, dire sì a ogni opportunità e reinventarsi sempre per rimanere visibili. In contesti rispettosi delle differenze, anche gli esperti (CCS) e i professionisti della salute mentale (MH) possono sperimentare affaticamento emotivo se si assumono la responsabilità del benessere di molte persone senza un'adeguata supervisione o sostegno organizzativo. Senza confini chiari, protocolli condivisi e tempo per la riflessione, sia i partecipanti che il personale sono a rischio.
- **Stigma e mancanza di comprensione**

  Oltre a questi fattori strutturali, lo stigma sulla salute mentale rimane un ostacolo importante. Alcuni temono che rivelare una diagnosi o chiedere aiuto possa portare ad essere considerati "difficili, "inaffidabili" o "poco professionali". Altri interiorizzano gli stereotipi e provano vergogna per le loro difficoltà. Per i giovani artisti con

disabilità intellettiva e/o neurodiversità, lo stigma può essere doppio: disabilità e salute mentale. Se le organizzazioni evitano di affrontare in modo aperto il tema della salute mentale, le persone possono nascondere le loro difficoltà fino a raggiungere un punto di crisi, oppure possono rinunciare del tutto alle opportunità emergenti.

Nel loro insieme, questi ostacoli dimostrano che la salute mentale nelle arti è una questione collettiva. Una pratica rispettosa delle differenze e dei diritti rende necessario il riconoscimento da parte delle organizzazioni culturali degli ostacoli esistenti, di cui è opportuno parlare per progettare contesti e supporti, ne parlino a tutela della salute mentale di tutti gli artisti, compresi i giovani artisti con disabilità intellettiva e/o neurodiversità.



Figura 11 Una donna fa da mentore a una sua allieva in un'aula d'arte, indicando un foglio di lavoro sul tavolo. La lezione si svolge accanto a una lavagna in uno spazio di lavoro creativo. Foto di © Antoni Shkraba Studio, Pexels

Opportunità

L'arte offre opportunità trasformative sia per il recupero della salute mentale che per la crescita professionale. Le prove fornite dalle iniziative

comunitarie e culturali europee dimostrano che la partecipazione regolare alle attività artistiche migliora il benessere, la connessione sociale e la resilienza (Fancourt & Finn, 2019).

L'arte offre un potente **percorso di recupero**: attraverso l'espressione creativa, gli individui possono rielaborare le loro esperienze, esplorare nuove prospettive e riscoprire il significato personale. I progetti collaborativi rafforzano questo processo, poiché il sostegno tra pari favorisce l'empatia, riduce l'isolamento e alimenta il senso di appartenenza. Oltre alla crescita personale, l'arte funge anche da strumento di difesa dei diritti mostre e spettacoli sfidano lo stigma dando a tutti l'opportunità di esprimere la propria voce. Oltre al suo ruolo terapeutico e sociale, l'arte rappresenta un'opportunità professionale. Sostenere il rispetto delle differenze in ambito artistico richiede l'affermazione del diritto di tutte le persone a perseguire carriere artistiche sostenibili. Questo comprende anche la parità di accesso a commissioni, residenze, finanziamenti e rappresentanza professionale. Le organizzazioni culturali possono svolgere un ruolo chiave creando strutture accessibili per il reclutamento, il tutoraggio e il supporto.

Infine, le collaborazioni intersettoriali tra istituzioni culturali e servizi di salute mentale dimostrano che le attività artistiche favoriscono il recupero che la predisposizione personale. Queste collaborazioni dimostrano che la pratica artistica può essere un percorso significativo, responsabilizzante e sostenibile sia per gli individui che per le comunità.

Spazi creativi sicuri e informati sul trauma

Garantire la sicurezza e riconoscere le difficoltà consentono il rispetto per le differenze. Un approccio informato sul trauma parte dalla comprensione che molte persone - artisti, personale e pubblico - possono aver vissuto

esperienze difficili o travolgenti (traumi), anche senza parlarne. Invece di cercare di identificare "chi è traumatizzato", un approccio informato sul trauma cerca di creare un ambiente sicuro, prevedibile e responsabilizzante, per ridurre il rischio di nuovi traumi (SAMHSA, 2014; Sweeney et al., 2018).

La pratica informata sul trauma viene riassunta nelle "quattro R":

- Rendersi conto dell'impatto del trauma e dei potenziali percorsi di recupero
- Riconoscere i segni del trauma nei partecipanti, nel personale e nei sistemi
- Rispondere integrando la conoscenza del trauma nelle politiche, nelle procedure e nelle interazioni quotidiane.
- Evitare nuovi traumi e pratiche che riproducono impotenza, umiliazione o improvvisa perdita di controllo.

Nei contesti creativi questa pratica trova realizzazione in diversi principi concreti:

- **Scelta e consenso** – I partecipanti vengono informati sulle caratteristiche dell'attività con un linguaggio accessibile (contenuto, livello di esposizione, uso di immagini). Possono scegliere di partecipare o meno a esercizi specifici, scegliere il loro livello di visibilità (ad esempio sul palco, nel backstage, contributo anonimo) e cambiare idea. Il consenso viene verificato in tutti i momenti cruciali (ad esempio prima di condividere il lavoro online o con i media).
- **Prevedibilità e trasparenza** – Le attività hanno una struttura e una durata chiare. I facilitatori spiegano cosa succederà dopo, quanto

durerà e che tipo di feedback o discussione seguirà. Le sorprese sono usate con cautela e qualsiasi materiale potenzialmente intenso (ad esempio lavori che trattano di violenza, morte, discriminazione) viene segnalato in anticipo.

- **Regolazione emotiva e radicamento** – Le attività comprendono strategie che aiutano i partecipanti a riconoscere e gestire il proprio livello di eccitazione, come brevi esercizi di respirazione, stretching, pause sensoriali o un breve compito artistico di radicamento all'inizio e alla fine delle sessioni. È disponibile un angolo tranquillo per la decompressione il cui utilizzo è valorizzato.
- **Connessione e rispetto tra pari** – Le regole del gruppo sono create insieme (ad esempio "ascoltare senza interrompere", "nessuna pressione a condividere storie personali", "nessuna presa in giro o pettegolezzo"). I facilitatori danno l'esempio di risposte rispettose e intervengono se sorgono commenti umilianti o discriminatori.

La ricerca nel campo delle arti e della salute mentale suggerisce che quando vengono applicati questi principi informati sul trauma, gli spazi creativi sono più propensi a promuovere la sicurezza psicologica, l'impegno e il recupero, soprattutto per le persone che hanno vissuto avversità o che convivono con continue sfide di salute mentale (Hopper et al., 2010; Sweeney et al., 2018; Fancourt & Finn, 2019). Per i giovani artisti con disabilità intellettiva e/o neurodiversità, la pratica artistica informata sul trauma può fare la differenza tra un ambiente che sembra opprimente e imprevedibile e uno che favorisce la fiducia, l'esplorazione e la partecipazione a lungo termine. I partecipanti possono portare con sé esperienze invisibili di disagio, per questo è importante garantire che gli spazi artistici evitino nuovi traumi.

Attività suggerite

Le seguenti attività sono progettate per approfondire la comprensione del legame tra salute mentale e attività artistiche promuovendo anche l'autoriflessione, l'empatia e lo sviluppo di competenze pratiche dei partecipanti.

Attività n. 1: Carta della sicurezza creativa

Scopo: costruire valori condivisi di sicurezza emotiva e rispetto delle differenze all'interno di ambienti creativi o formativi.
Metodo: attività di gruppo (di persona o online). I partecipanti creano insieme una "carta della sicurezza" che definisce le condizioni emotive e pratiche necessarie affinché tutti i membri del gruppo sentano sicurezza e apprezzamento.
Durata: 45-60 minuti.
Materiali: Lavagna a fogli mobili o lavagna digitale (ad es. Miro, Jamboard, Padlet); pennarelli o penne digitali; post-it.
Istruzioni:

- **Fase 1:** In piccoli gruppi, discutere cosa fa sentire le persone *sicure* o *insicure* negli spazi creativi.
- **Fase 2:** Ogni gruppo elenca 5-6 principi chiave (ad esempio riservatezza, scelta, empatia, rispetto).
- **Fase 3:** I gruppi condividono le idee in un unico "Codice di sicurezza creativa" collettivo.
- **Fase 4:** Il facilitatore sottolinea come queste idee condivise possano guidare la creazione di ambienti artistici accessibili per i giovani artisti. Questo esercizio può essere seguito da una breve riflessione su come la "sicurezza" incoraggia la creatività e l'assunzione di rischi.

Attività n. 2: La mappa del percorso dell'artista

Scopo: esplorare come le sfide di salute mentale e il recupero possano plasmare il percorso creativo e le opportunità professionali di un artista.
Metodo: lavoro in piccoli gruppi, esercizio di mappatura riflessiva e visiva.
Durata: 60 minuti.
Materiali: grandi fogli di carta o tela digitale; penne colorate; materiali per collage o immagini digitali opzionali.
Istruzioni:

- **Fase 1:** ogni gruppo crea una "mappa visiva del percorso" di un artista (reale o immaginario) che affronta problemi di salute mentale, identificando i seguenti elementi chiave: sfida, sostegno, punto di svolta, opportunità, potenziamento delle capacità.
- **Fase 2:** In plenaria, discutere cosa ha aiutato o ostacolato la crescita dell'artista.
- **Fase 3:** Analizzare i modelli comuni di sostegno e le barriere, sottolineando il ruolo dell'empatia, delle reti e delle pratiche inclusive.

Attività n. 3: Radicamento attraverso l'arte (pratica di autoriflessione)

Scopo: aiutare i partecipanti a sperimentare personalmente il radicamento e l'autoregolazione attraverso l'espressione creativa e riflettere su come tali tecniche possano sostenere gli artisti che vivono un disagio emotivo.
Metodo: attività individuale autogestita, seguita da una breve riflessione facoltativa o dalla condivisione di appunti.
Durata: 25-35 minuti.
Materiali: materiali artistici di base (ad esempio carta, matite, pastelli o acquerelli); spazio tranquillo; musica soft facoltativa; quaderno o diario digitale.

Istruzioni:

- **Fase 1 Preparare lo spazio:** trovare un luogo tranquillo dove poter lavorare senza essere disturbati per circa mezz'ora. Mettere i materiali a portata di mano.
- **Fase 2 Inizia con il radicamento:** fai tre respiri lenti. Osserva il tuo corpo, ad esempio i piedi sul pavimento, le mani a riposo, il movimento del respiro.
- **Fase 3 Processo creativo:** utilizzando i materiali scelti, crea un'immagine o una forma astratta che rappresenti per te *stabilità*, *sicurezza* o *equilibrio*. Va bene qualsiasi modalità: concentrati sul colore, sul ritmo e sul movimento piuttosto che sul risultato artistico.
- **Fase 4 Riflessione:** una volta terminato, l'invito è di guardare la propria creazione e rispondere a queste domande:
    - Quali sensazioni o emozioni ho provato durante la creazione?
    - Quali elementi dell'opera d'arte mi fanno sentire con i piedi per terra o calmo?
    - In che modo un'attività simile potrebbe aiutare gli artisti nei momenti di ansia o di stress?
- **Fase 5 Conclusione:** fai un altro respiro profondo, fai stretching e riconosci il senso di calma o concentrazione che potrebbe essere emerso.

Impatto delle competenze apprese

Sensibilizzando sulle sfide che le persone con problemi di salute mentale possono affrontare nel settore artistico e culturale, gli esperti (CCS) e i professionisti (MH) possono sostenere lo sviluppo delle competenze dei giovani artisti con disabilità, contribuendo a prevenire il disagio emotivo e l'affaticamento. L'intelligenza emotiva, la comunicazione, l'adattabilità e la

collaborazione sono strumenti fondamentali per promuovere il loro benessere psico-emotivo e migliorare il loro percorso creativo.

Quando gli esperti (CCS) e i professionisti (MH) applicano i principi di questo modulo, promuovono ambienti in cui i giovani artisti possono esplorare in sicurezza la propria identità, creatività e resilienza. I facilitatori imparano a trasformare i limiti percepiti nella vulnerabilità emotiva in opportunità di crescita artistica e personale. Questo cambiamento sostiene lo sviluppo dell'autonomia, della fiducia e dell'azione artistica tra i giovani artisti.

Gli approcci informati sul trauma e orientati al recupero introdotti nel modulo aiutano a progettare spazi creativi psicologicamente sicuri, ad esempio studi, sale prove o laboratori didattici, dove la regolazione emotiva, il consenso e la scelta sono integrati nella pratica quotidiana. Man mano che i giovani artisti sperimentano la fiducia, la loro capacità di assumersi rischi creativi, collaborare ed esprimersi in modo autentico aumenta.

La cooperazione interdisciplinare tra esperti e professionisti garantisce inoltre la continuità dell'assistenza e dell'accessibilità, collegando l'educazione artistica al benessere. La pianificazione congiunta, il sostegno tra pari e la supervisione riflessiva possono ridurre i tassi di abbandono e promuovere una partecipazione sostenibile ai programmi artistici.

In definitiva, questo modulo contribuisce a costruire un ecosistema creativo più inclusivo, empatico e resiliente, in cui i giovani artisti con disabilità intellettiva e/o neurodiversità contribuiscono alla vita culturale, apprezzati sia per le loro capacità artistiche che umane.

Co-funded by
the European Union

Risorse aggiuntive

- OMS — Quali sono le prove del ruolo delle arti nel miglioramento della salute e del benessere? (Revisione di ambito, 2019): sintesi di oltre 3.000 studi che dimostrano come la partecipazione alle arti sostenga la prevenzione, la promozione e il trattamento della salute mentale — prove autorevoli per giustificare la pratica informata dalle arti.
- CARE — Cultura per la salute mentale (progetto UE / esempi di pratiche): esempi di progetti paneuropei che integrano la cultura e le risposte della comunità alla salute mentale; fonte di casi di studio e modelli per festival regionali, lavoro con i giovani e attività di sensibilizzazione.
- Salute e benessere creativi: casi di studio (Arts Council England): casi di studio nel Regno Unito in cui l'attività artistica è integrata in progetti di salute/benessere (prescrizioni sociali, partnership con il Servizio Sanitario Nazionale). Esempi pratici da tradurre in contesti locali.
- Culture Health & Wellbeing Alliance — Toolkit, guide e schede informative: guide pratiche sulla coproduzione di progetti, valutazione, quadri di riferimento per pratiche di successo e risorse di prescrizione sociale — utili per lo sviluppo di programmi e partnership sostenibili.
- Stephen Fry: The Secret Life of the Manic Depressive (documentario della BBC): racconto che collega la vita creativa e le condizioni bipolari/ciclotimiche; utile per aprire la discussione sullo stigma e la divulgazione.
- Yayoi Kusama — profili stampa/interviste (Guardian, Tate e articoli di profilo): esempio di un'artista la cui pratica creativa e l'esperienza

vissuta di cure psichiatriche sono inseparabili; utile per discutere di agenzia, identità artistica e sostegno istituzionale.

Riferimenti

- Clift, S., & Camic, P. M. (Eds.). (2016). *Oxford textbook of creative arts, health, and wellbeing: International perspectives on practice, policy, and research*. Oxford University Press.
- Fancourt, D., & Finn, S. (2019). *What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review*. Organizzazione Mondiale della Sanità, Ufficio Regionale per l'Europa.
- Hopper, E. K., Bassuk, E. L., & Olivet, J. (2010). Riparo dalla tempesta: assistenza informata sul trauma nei servizi per i senzatetto. *The* Open Health Services and Policy Journal, 3, 80–100.
- Kaufman, J. C. (2001). *L'effetto Sylvia Plath: la malattia mentale nei poeti*. *Journal of Creative Behavior, 35*(1), 37–50.
- Sawyer, R. K., & Henriksen, D. (2023). *Spiegare la creatività: la scienza dell'innovazione umana (3a ed.).* Oxford University Press.
- Selçuk Acar, H., Tadik, H., Myers, D., Sman, C., & Uysal, R. (2020). *Creatività e benessere: una meta-analisi*. Journal of Creative Behavior, 55(3), 738–751.
- Simonton, D. K. (2014). *Il paradosso del genio folle: le persone creative possono essere più soggette a malattie mentali?* Psychology Press.
- SAMSHA - Amministrazione dei servizi per l'abuso di sostanze e la salute mentale. (2014). *Il concetto di trauma secondo la SAMHSA e le linee guida per un approccio informato sul trauma*. Dipartimento della Salute e dei Servizi Umani degli Stati Uniti.

- Sweeney, A., Clement, S., Filson, B. e Kennedy, A. (2016). Assistenza sanitaria mentale informata sul trauma nel Regno Unito: che cos'è e come possiamo promuoverne lo sviluppo? Mental Health Review Journal, 21(3), 174–192.
- Taniguchi, Y., Costa, O., Ortega, A. et al. (2025). *Crescita personale attraverso la navigazione nel mondo come artista: uno studio qualitativo sull'impatto del campo creativo sugli adolescenti con depressione.* Child Adolescence Psychiatry Ment Health 19, 38 (2025).

Domande di valutazione

In questa sezione troverete cinque domande per aiutarvi a verificare ciò che avete imparato in questo capitolo. Ogni domanda ha una sola risposta corretta. Le risposte sono disponibili alla fine dell'e-book.

1. In ambienti creativi sensibili al trauma, i facilitatori dovrebbero concentrarsi sull'identificazione di chi ha subito un trauma per adattare le attività in modo appropriato.

- VERO
- FALSO

2. Lo stigma che circonda la salute mentale può scoraggiare gli artisti (compresi i giovani artisti con disabilità intellettiva e/o neurodivergenti) dal chiedere aiuto, il che può aumentare il rischio di isolamento o crisi.

- VERO
- FALSO

3. Quale affermazione riflette meglio la comprensione della salute mentale nelle arti?

- I disturbi mentali limitano la capacità di un individuo di creare arte in modo efficace.
- L'espressione artistica e la salute mentale sono aree di esperienza non correlate.
- Il potenziale creativo può coesistere con la vulnerabilità mentale quando gli ambienti sono favorevoli.

4. Qual è uno degli ostacoli più significativi all'inclusione degli artisti con sfide legate alla salute mentale?

- Partecipazione flessibile e dialogo aperto.
- Lo stigma e l'incomprensione all'interno delle comunità artistiche.
- L'accesso a diverse forme di espressione.

5. Quale delle seguenti opzioni illustra un'opportunità di inclusione attraverso l'arte?

- L'uso di mostre e spettacoli per sensibilizzare l'opinione pubblica e combattere lo stigma.
- Limitare l'esposizione pubblica degli artisti in difficoltà.
- Sostituire la pratica artistica professionale con sole sessioni terapeutiche.

Co-funded by
the European Union

Artistic Minds

Modulo 09

Arteterapia

Modulo 09: Arteterapia

Obiettivi di apprendimento

Questo modulo introduce i fondamenti, le pratiche e le applicazioni dell'arte terapia, con particolare attenzione alla sua rilevanza per le persone con disabilità intellettiva e profili neurodivergenti. Fornisce una panoramica iniziale che aiuta il lettore a comprendere come la teoria, la metodologia e gli strumenti pratici siano interconnessi nel corso del capitolo.

Partecipando al seguente modulo, sarai capace di:

- **Spiegare** i fondamenti teorici e storici dell'arteterapia e la sua rilevanza per il benessere emotivo e relazionale
- **Identificare** e valutare le pratiche artistiche (visive, tattili, digitali) come strumenti terapeutici per le persone con disabilità intellettiva (ID) e/o neurodivergenti
- **Essere consapevoli** di come le pratiche artistiche siano progettate per promuovere l'espressione, la consapevolezza di sé, l'autonomia e la connessione sociale
- **Imparare** i principi per monitorare e valutare i risultati utilizzando indicatori di metodi misti (qualitativi/quantitativi) e riflettere sulla pratica per un miglioramento continuo.

Descrizione dei contenuti: opportunità e sfide

Introduzione all'arteterapia

L'arteterapia è una disciplina psicoterapeutica che utilizza la creazione artistica come modalità primaria di espressione, comunicazione ed elaborazione emotiva. Integra principi di psicologia, arti visive,

neuroscienze e sviluppo umano per sostenere il benessere, la formazione dell'identità e la connessione interpersonale. Sebbene l'arte sia stata per secoli una pratica simbolica e curativa in tutte le culture, l'arteterapia è emersa come professione a metà del XX secolo, plasmata dalle tradizioni psicoanalitiche, umanistiche e delle arti creative (Malchiodi, 2012).

Una premessa centrale dell'arteterapia è che **il processo creativo è terapeutico**, indipendentemente dall'abilità artistica o dal risultato estetico. Edith Kramer (1958) ha descritto questo aspetto come il ***potenziale curativo del processo artistico***, sottolineando che la manipolazione dei materiali, l'espressione di scelte e di esperienze interne contribuiscono all'organizzazione emotiva e all'integrazione dell'ego. Allo stesso modo, Margaret Naumburg (1978) ha definito la creazione artistica spontanea come una forma di "linguaggio simbolico" in grado di esprimere pensieri e sentimenti poco accessibili attraverso il linguaggio verbale. Questo è rilevante soprattutto per le persone con difficoltà di comunicazione, storie traumatiche o limitazioni cognitive.

L'arteterapia è incentrata sull'idea che le immagini possano esprimere significati profondi nella sfera personale, relazionale ed emotiva. Attraverso il disegno, la pittura, il collage, la scultura, i media digitali e le tecniche miste, i partecipanti possono esternare le esperienze interiori in una forma tangibile, sicura e modificabile. Questa esternazione crea una distanza psicologica che favorisce la riflessione, l'intuizione e la regolazione. Waller (1991) sottolinea il valore terapeutico della relazione triangolare tra cliente, opera d'arte e terapeuta, osservando che l'opera diventa un mediatore con cui è possibile esplorare le emozioni in modo più sicuro e sostenibile.

La ricerca contemporanea conferma l'efficacia dell'arteterapia su diverse popolazioni. Gli studi hanno dimostrato che l'espressione creativa attiva le

reti cerebrali associate alla regolazione emotiva, all'integrazione sensoriale e alla riduzione dello stress (Hass-Cohen & Carr, 2008). Questo fondamento neuroscientifico è in linea con le osservazioni cliniche secondo cui il coinvolgimento tattile e visivo può aiutare a modulare i livelli di eccitazione, in particolare per le persone con una maggiore sensibilità sensoriale o difficoltà nella comunicazione verbale.

Per le persone con disabilità intellettiva o profili neurodivergenti, l'arte terapia offre un percorso terapeutico accessibile, flessibile e rassicurante. Schweizer, Knorth e Spreen (2020) hanno scoperto che l'arteterapia migliora l'espressione emotiva, la partecipazione e l'autostima nelle persone con disabilità intellettiva, offrendo modalità di comunicazione non verbali e sensoriali. Coholic ed Eys (2016) riferiscono che gli interventi creativi e multisensoriali aiutano i giovani con differenze di sviluppo a comprendere ed esprimere le emozioni, a migliorare la consapevolezza di sé e a costruire la fiducia relazionale.

L'arteterapia sostiene anche **l'autonomia, l'indipendenza e la formazione dell'identità**. La natura aperta dei materiali consente ai partecipanti di fare delle scelte, sperimentare e affermare le proprie preferenze, rafforzando la propria autonomia e autoefficacia. Questo è rilevante nella pratica che afferma la neurodiversità, che riconosce gli stili sensoriali, comunicativi e cognitivi individuali come modi validi di interagire con il mondo (Malchiodi, 2020). Attraverso l'esplorazione creativa, i partecipanti possono costruire narrazioni visive, sviluppare un senso più forte di sé e costruire fiducia nella loro capacità di influenzare il loro ambiente.

Oltre ai benefici individuali, l'arteterapia favorisce **la connessione relazionale**. Lo spazio creativo condiviso offre opportunità di co-regolazione, impegno sociale e collaborazione. La presenza attenta del

terapeuta, la sua empatia e la sua sensibilità ai segnali non verbali svolgono un ruolo centrale nel facilitare la fiducia e la sicurezza emotiva (McNiff, 2004). Inoltre, le opere d'arte possono fungere da ponte di comunicazione tra i partecipanti, gli assistenti e i professionisti, promuovendo la comprensione sociale e l'inclusione.

Nel complesso, l'arteterapia è una disciplina dinamica e basata su prove scientifiche che utilizza la creatività come mezzo per lo sviluppo emotivo, cognitivo, sociale e sensoriale. La sua adattabilità e la sua natura multimodale la rendono efficace per le persone le cui esperienze e stili di comunicazione sono poco supportati dalle terapie verbali. L'introduzione di approcci basati sull'arte in contesti educativi, comunitari e sanitari contribuisce sia al benessere individuale che alla partecipazione culturale e sociale.

Contesto storico e prospettive teoriche

Lo sviluppo storico dell'arteterapia riflette la sinergia tra psicologia, educazione, arti e pratiche comunitarie. Sebbene la sua formalizzazione sia avvenuta nel corso del XX secolo, l'uso dell'espressione visiva a fini emotivi e simbolici è presente da tempo nei rituali culturali e nelle tradizioni curative. L'arteterapia moderna si basa sulla capacità umana universale di codificare il significato visivo.

La disciplina ha trovato il suo riconoscimento scientifico a metà del 1900 attraverso due principali tradizioni teoriche. La prima era la **tradizione psicodinamica**, guidata da pionieri come Margaret Naumburg e Edith Kramer. Naumburg (1978) ha concettualizzato l'espressione artistica spontanea come una forma di comunicazione simbolica in grado di accedere al materiale inconscio quando l'espressione verbale è limitata. Kramer (1958) ha ampliato questa visione sottolineando "il potenziale

curativo del processo artistico", sostenendo che la creazione artistica promuove l'organizzazione emotiva, la forza dell'ego e la padronanza. Il suo concetto della *terza mano* descrive la sottile guida fornita dai terapeuti per sostenere l'espressione senza imporre un'interpretazione.

Nello stesso periodo, è emerso il **movimento dell'arte come terapia**, che evidenzia le qualità terapeutiche dell'attività creativa. Questa prospettiva ha contribuito ad ampliare la prospettiva oltre l'ambito clinico, rafforzando l'idea che la creazione artistica favorisca il benessere, l'autonomia e l'alfabetizzazione emotiva in una vasta gamma di popolazioni (Waller, 1991).

Nel Regno Unito, il movimento ha continuato ad evolversi con modelli incentrati sui processi relazionali e sulla pratica di gruppo. La **relazione triangolare** tra cliente, opera d'arte e terapeuta, descritta ampiamente da Waller (1991), è diventata un riferimento teorico centrale che resta molto influente. Questo modello riconosce l'opera d'arte come un elemento attivo nel processo terapeutico che media l'espressione emotiva e la riflessione.

A partire dagli anni '80, l'arteterapia ha trovato sviluppo attraverso approcci **umanistici**, **cognitivo-comportamentali**, **sistemici** e **basati sulla comunità**. Questi modelli hanno riconosciuto la diversità dei bisogni umani e hanno inteso la creatività come un percorso di potenziamento delle capacità e di autodeterminazione (Domínguez Toscano, 2005). L'arteterapia contemporanea è posizionata quindi in uno spazio di incontro interdisciplinare tra la teoria psicologica, l'educazione, gli studi sulla disabilità e la pratica sociale.

Ricerche recenti hanno unito le intuizioni delle **neuroscienze e della teoria dell'elaborazione sensoriale**, dimostrando che il coinvolgimento tattile e visivo può sostenere la regolazione emotiva, le funzioni esecutive e la

riduzione dello stress, in modo particolare per le persone che sperimentano barriere comunicative o cognitive (Schweizer, Knorth, & Spreen, 2020). Tali risultati forniscono una base empirica per osservazioni cliniche secondo cui l'arteterapia offre percorsi accessibili per l'espressione al di là del linguaggio verbale.

Al contempo, **le prospettive che affermano la neurodiversità** hanno ridefinito il campo di applicazione, interpretando le differenze cognitive e comunicative come forme naturali di variazione umana. In questo contesto, l'arte terapia è intesa come un mezzo flessibile applicabile ai profili sensoriali, che supporta stili di comunicazione alternativi e rafforza l'autonomia e l'identità dei giovani con disabilità intellettive o caratteristiche neurodivergenti (Coholic & Eys, 2016).

L'evoluzione teorica dell'arte terapia rivela un passaggio da una disciplina psicoanalitica a una **pratica pluralistica e interdisciplinare** che integra creatività, processi relazionali, contesti culturali e conoscenze scientifiche contemporanee. Questo quadro teorico ampliato fornisce le basi per interventi accessibili e incentrati sul rispetto delle differenze personali nei diversi contesti.

Pratica incentrata sulla persona e che rispetta la neurodiversità

Questa sezione spiega che l'arteterapia è adatta alle persone con disabilità intellettive e profili neurodivergenti perché valorizza forme di espressione non verbali, sensoriali e creative che rispettano i diversi stili di comunicazione. Da una prospettiva centrata sulla persona, il terapeuta crea un ambiente prevedibile e di sostegno in cui i partecipanti possono esplorare i materiali, fare delle scelte ed esprimersi al proprio ritmo. Un approccio che afferma la neurodiversità considera le differenze cognitive e neurologiche come variazioni naturali e adatta le strategie di

comunicazione, i ritmi e i materiali alle esigenze sensoriali e di elaborazione di ciascuna persona. L'arteterapia supporta anche la regolazione e l'integrazione sensoriale attraverso attività tattili e di movimento, che possono aiutare a modulare l'eccitazione e organizzare l'esperienza emotiva. Il terapeuta evita di interpretare le opere d'arte senza consenso, dando priorità alla creazione di significato da parte del partecipante. Nel complesso, questo approccio favorisce il benessere, l'autonomia, la formazione dell'identità e l'espressione emotiva.



Figure 12 Una donna posa per una foto, con un pennello in mano. Sullo sfondo si vede un cavalletto con una tela bianca. nina-sonriente-con-sindrome-de-down-posando-con-cepillo, Freepick

Opportunità, sfide e considerazioni etiche

L'arteterapia possiede un notevole potenziale trasformativo per gli spazi culturali — scuole, musei, centri comunitari — che possono così evolversi in ambienti realmente accessibili. Tra le principali opportunità si segnalano una maggiore visibilità per gli artisti con disabilità intellettiva, lo sviluppo di

collaborazioni interdisciplinari e la realizzazione di mostre comunitarie in grado di contrastare lo stigma sociale e di promuovere un autentico senso di appartenenza. A ciò si aggiunge il contributo degli strumenti digitali — tablet e applicazioni accessibili — che ampliano le possibilità di accesso e sostengono forme alternative di autorialità e di pratica curatoriale.

Accanto a queste opportunità, emergono tuttavia sfide significative che richiedono un'attenta considerazione. In primo luogo, è necessario garantire una formazione professionale adeguata e una supervisione costante degli operatori coinvolti. È inoltre indispensabile predisporre spazi e materiali pienamente accessibili, nonché affrontare le barriere comunicative attraverso l'impiego della Comunicazione Aumentativa e Alternativa (CAA) e di formati in linguaggio facilitato. Particolare attenzione deve essere riservata alla tutela della riservatezza e al rispetto del consenso informato, così come alla necessità di evitare interpretazioni eccessive o non autorizzate delle produzioni artistiche realizzate dai partecipanti. Risulta infine opportuno sviluppare strategie di valutazione proporzionate agli obiettivi e al contesto di riferimento.

Il ruolo dell'arteterapeuta

Il ruolo dell'arteterapeuta è fondamentale per creare un ambiente sicuro, reattivo e significativo in cui i partecipanti possano impegnarsi in processi espressivi con autonomia e sostegno emotivo. Gli arteterapeuti facilitano uno spazio relazionale in cui la creazione artistica diventa un veicolo di comunicazione, regolazione emotiva, scoperta di sé e connessione sociale. Le competenze teoriche, etiche e pratiche sviluppate nel campo della creazione artistica nel corso del tempo, costituiscono il ruolo professionale dell’arteterapeuta

Un elemento fondamentale del ruolo dell'arteterapeuta è la capacità di sintonizzarsi con la comunicazione verbale e non verbale. Poiché molte persone, in particolare quelle con disabilità intellettive o profili neurodivergenti, comunicano in modo più efficace attraverso mezzi sensoriali e simbolici, il terapeuta deve essere abile nell'interpretare gesti, ritmi, scelte materiali e sequenze creative come espressioni significative (Kramer, 1958). Questa sintonia riflette la prospettiva psicoanalitica secondo cui l'immaginario opera come una forma di linguaggio simbolico e l'intuizione terapeutica emerge attraverso il processo creativo (Naumburg, 1978).

L'arteterapeuta agisce anche come facilitatore del processo creativo, sostenendo i partecipanti nell'esplorazione dei materiali, nella sperimentazione di nuove forme di espressione e nella scoperta della propria voce artistica. Il concetto di *terza mano* di Kramer (1958) sottolinea questa responsabilità: il terapeuta offre una guida attraverso interventi delicati- regolando i materiali, fornendo stabilizzazione o modellando tecniche - evitando di imporre interpretazioni o controllare il risultato. Questo equilibrio preserva l'autonomia e aiuta la persona a sentirsi capace di gestire ciò che vive e libera di scegliere come agire. Da una prospettiva relazionale, il terapeuta mantiene la relazione terapeutica triangolare che coinvolge il cliente, l'opera d'arte e il terapeuta, come descritto da Waller (1991). Questo modello triadico posiziona l'opera d'arte come un mediatore che facilita la riflessione e il dialogo. Il terapeuta deve gestire queste dinamiche relazionali con sensibilità, riconoscendo che l'opera d'arte può contenere emozioni, rivelare stati interni e fungere da ponte relazionale simbolico. Questo metodo è rilevante quando la comunicazione verbale è limitata, poiché l'opera d'arte fornisce un punto di riferimento condiviso per la condivisione.

Co-funded by
the European Union

Nella pratica contemporanea, l'arteterapeuta adotta un approccio centrato sulla persona che sostiene la neurodiversità, valorizzando l'esperienza vissuta dal partecipante e rafforzando il suo ruolo di principale creatore di significato della propria opera d'arte. Questo è in linea con i fondamenti umanistici dell'arteterapia, che enfatizzano l'empatia, l'autenticità e la considerazione positiva (Rogers, come applicato nel campo da McNiff, 2004). Questo approccio richiede al terapeuta di adattare le sessioni alle esigenze sensoriali, alle preferenze comunicative e agli obiettivi individuali, garantendo l'accessibilità senza compromettere la profondità creativa (Coholic & Eys, 2016).

Una responsabilità fondamentale dell'arteterapeuta è quella di creare un ambiente sicuro e prevedibile. La sicurezza è intesa in termini fisici, emotivi e psicologici. L'arteterapia informata sul trauma sottolinea l'importanza del radicamento sensoriale (connessione consapevole alle sensazioni del corpo e dei sensi), del ritmo e della co-regolazione per aiutare i partecipanti a gestire l'eccitazione e mantenere l'impegno (Malchiodi, 2020). Il terapeuta utilizza i materiali in modo intenzionale, scegliendo texture, livelli di resistenza o forme di marcatura, per sostenere la regolazione, l'espressione o il contenimento, a seconda delle esigenze del partecipante.

Un'altra dimensione essenziale del ruolo dell'arteterapeuta è la pratica riflessiva e la consapevolezza etica. Le linee guida etiche sottolineano la riservatezza, il consenso informato, l'umiltà culturale e il rispetto dell'autorità interpretativa dei partecipanti (American Psychological Association, 2020). Gli arteterapeuti devono evitare di proiettare significati sulle opere d'arte o di formulare ipotesi diagnostiche basandosi sulle immagini, un errore affrontato nella letteratura professionale (Naumburg,

1978; Waller, 1991). Il terapeuta deve svolgere un'indagine collaborativa, invitando i partecipanti a condividere ciò che per loro ha significato e le associazioni che emergono, aiutandoli così a sentirsi protagonisti e attivi nel proprio percorso. La collaborazione è fondamentale anche per il ruolo professionale dell'arteterapeuta. Una pratica efficace implica il coordinamento interdisciplinare con educatori, psicologi, assistenti sociali e caregiver per garantire la coerenza tra gli obiettivi terapeutici e la rete di supporto (Domínguez Toscano, 2005). Il terapeuta può contribuire alla pianificazione dell'accessibilità, alle strategie comportamentali o ai quadri di supporto sensoriale, mantenendo sempre un orientamento integrato e centrato sulla persona.

Infine, gli arteterapeuti hanno l'impegno di svolgere una valutazione e documentazione continua. Questo include l'osservazione dei processi creativi, la registrazione delle espressioni verbali o non verbali, la fotografia delle opere d'arte (con il consenso) e l'identificazione di modelli che informano le sessioni future. Tale documentazione supporta la continuità terapeutica e rafforza la pratica basata sull'evidenza e contribuisce alla responsabilità professionale (Schweizer, Knorth, & Spreen, 2020).

Il ruolo dell'arteterapeuta è multiforme e integra la guida del processo creativo, una relazione sintonizzata, responsabilità etica, attenzione alle sensazioni e capacità di riflettere su ciò che accade. Basandosi sulle teorie tradizionali che vanno da Naumburg agli approcci contemporanei informati sul trauma e che affermano la neurodiversità, l'arteterapeuta crea uno spazio in cui l'espressione, il potenziamento delle capacità e la connessione diventano possibili attraverso il linguaggio trasformativo dell'arte.

Dalla teoria alla pratica

Per tradurre questi principi in interventi concreti, coerenti, accessibili e centrati sulla persona, è utile articolare il percorso in fasi operative per consentire ai professionisti di creare ambienti sicuri, coerenti ed eticamente fondati. Ne derivano, inoltre, una maggiore continuità dell'assistenza e una migliore efficacia e sostenibilità degli interventi basati sull'arte.

Nel concreto, si raccomanda di seguire i seguenti passaggi:

- **Definire le modalità di accoglienza dei partecipanti:** chiarire fin dall'inizio obiettivi, punti di forza, esigenze sensoriali, supporti comunicativi necessari, eventuali rischi e requisiti di tutela dei diritti dei partecipanti.
- **Sviluppo di piano di accessibilità:** garantire l'accesso fisico agli spazi, predisporre adattamenti dei materiali, mettere a disposizione strumenti di CAA o tecnologie assistive se necessario, elaborare schemi delle sessioni in linguaggio facilitato e stabilire routine prevedibili.
- **Strutturare la sessione:** organizzare ogni incontro in momenti distinti — accoglienza e orientamento iniziale, esplorazione creativa, dialogo riflessivo (in forma verbale o visiva) e chiusura con anteprima della sessione successiva.
- **Predisporre i materiali e organizzare l'ambiente:** privilegiare colori rilassanti, vernici con odori gradevoli e texture differenziate; organizzare i materiali in modo da favorire la possibilità di scelta autonoma da parte dei partecipanti.
- **Favorire la collaborazione:** assicurare un coordinamento costante con educatori, assistenti, logopedisti e assistenti sociali, allineando

gli obiettivi e condividendo sistematicamente le osservazioni raccolte.

- **Documentare l'attività svolta:** redigere brevi appunti al termine di ogni sessione, raccogliere fotografie del lavoro svolto (previo consenso), annotare le citazioni significative dei partecipanti e definire i passi successivi da intraprendere.

Attività suggerite

Queste tre attività sono state progettate per funzionare come un **unico processo terapeutico coerente**, che passa dal radicamento, all'espressione emotiva e all'integrazione cognitivo-simbolica. Questa progressione rispecchia l'arco di una sessione di arteterapia descritta in letteratura, che inizia con la regolazione sensoriale (Hass-Cohen & Carr, 2008), passa all'esplorazione espressiva (Malchiodi, 2012) e culmina nella creazione di significato narrativo o riflessivo (Naumburg, 1978).

Attività n. 1: Il collage del luogo sicuro

Scopo: Supportare il radicamento, la sicurezza emotiva e l'autoregolazione all'inizio della sessione. Questa attività introduttiva facilita la prevedibilità, la regolazione sensoriale e la scelta autonoma, che sono condizioni fondamentali per l'impegno terapeutico con partecipanti neurodivergenti e individui con disabilità intellettiva.
Metodo: Esplorazione strutturata basata sui sensi che combina elementi visivi, tattili e simbolici. L'esercizio dà priorità alla comunicazione non verbale, alla scelta supportata e a suggerimenti verbali o CAA delicati. É fondato sui principi del radicamento sensoriale, del contenimento emotivo e della costruzione del significato guidata dai partecipanti.
Durata: 20 minuti.

Materiali: Carta o cartoncino; una selezione di immagini (natura, spazi tranquilli, morbidezza, ambienti familiari); materiali tattili (tessuti morbidi, carta ruvida, nastri, gommapiuma, feltro, ecc.); colla o nastro adesivo; supporti CAA opzionali (frasi di avvio, simboli, suggerimenti visivi).

Istruzioni:

- **Fase 1:** Iniziare con una breve sintonia sensoriale, ovvero essere in ascolto consapevole delle sensazioni e accordarsi ad esse (circa 2 minuti), invitando i partecipanti a compiere azioni di radicamento come toccare oggetti morbidi, fare respiri lenti e profondi o identificare i colori preferiti.
- **Fase 2:** Presentare una serie limitata e selezionata di immagini e texture associate al comfort, alla sicurezza, alla calma o alla morbidezza.
- **Fase 3:** invitare i partecipanti a scegliere 2-3 elementi che trasmettono loro una sensazione di "sicurezza", "tranquillità" o "calma", sottolineando che qualsiasi scelta è corretta.
- **Fase 4:** Aiutare i partecipanti a disporre gli elementi selezionati su carta, incoraggiandoli a sovrapporli, raggrupparli o disporli a strati secondo le loro preferenze personali.
- **Fase 5:** Offrire frasi di inizio facoltative o suggerimenti alternativi per aiutare l'espressione, ad esempio:
    - "Questo posto mi fa sentire al sicuro perché..."
    - "Questo mi ricorda..."
    - "Ho scelto questo colore perché..."
- **Fase 6:** Invitare i partecipanti a completare l'attività scegliendo un titolo, una parola o un simbolo che rappresenti il loro luogo sicuro.

Attività n. 2: Emozioni attraverso il colore e il movimento

Scopo: facilitare l'espressione emotiva concreta attraverso movimenti del corpo e l'uso dei colori. Questa attività favorisce l'espressione degli stati emotivi in modo regolato, giocoso e non verbale, riconoscendo il corpo come sede primaria dell'esperienza e dell'espressione emotiva.
Metodo: attività artistica espressiva basata sul movimento che integra gesti di tutto il corpo con segni visivi. I partecipanti selezionano le emozioni attraverso la comunicazione alternativa (gesti, simboli, colori o indicazione) e traducono le qualità emotive in movimento e pittura. Il metodo enfatizza l'integrazione sensoriale, la regolazione emotiva e l'esperienza condivisa di gruppo.
Durata: 15 minuti.
Materiali: grandi fogli di carta o cartone (da appendere al muro o da stendere sul pavimento); pennelli grandi, rulli o spugne; vernici lavabili in una tavolozza di colori limitata e chiaramente presentata; carte o simboli delle emozioni (ad esempio, felice, triste, arrabbiato, calmo, eccitato); coperture protettive (grembiuli, tappetini).
Istruzioni:

- **Fase 1:** Presentare 4-5 carte o simboli delle emozioni e invitare i partecipanti a scegliere un'emozione utilizzando il loro metodo di comunicazione preferito (indicando, con gesti, uso di simboli, selezione dei colori).
- **Fase 2:** Presentare i materiali per dipingere, incoraggiando l'uso di pennelli grandi, rulli o spugne per favorire movimenti ampi e coinvolgenti di tutto il corpo.

- **Fase 3:** invitare i partecipanti a esplorare come l'emozione scelta si muove attraverso il corpo, traducendo le qualità del movimento in pennellate (ad esempio veloce, lento, forte, leggero).
- **Fase 4:** Offrire suggerimenti facoltativi per favorire l'esplorazione concreta, ad esempio:
    - "Mostrami come il movimento di questa sensazione".
    - "Se questa emozione fosse un'onda, che movimento avrebbe?"
- **Fase 5:** Incoraggiare un momento di riflessione invitando i partecipanti a indicare, toccare o indicare con un gesto la parte del dipinto con cui si sentono più in sintonia.
- **Fase 6:** Concludere l'attività con circa un minuto di pittura o movimento lento e ritmico per favorire il ritorno a uno stato emotivo regolato.

Attività n. 3: Storia attraverso i simboli

Scopo: integrare le esperienze emotive e sensoriali della sessione attraverso la costruzione narrativa basata sui simboli. Questa attività favorisce l'organizzazione cognitiva, la sequenzialità, l'espressione dell'identità e la comprensione emotiva, contribuendo alla chiusura riflessiva alla fine della sessione.
Metodo: narrazione visiva strutturata utilizzando simboli, sequenze e personalizzazione. I partecipanti selezionano e organizzano elementi simbolici per costruire una semplice narrazione, supportata da facilitazione verbale, gestuale o basata sulla CAA in simboli. Il metodo enfatizza la creazione di significato, l'espressione di sé e l'integrazione dell'esperienza interiore in una forma comunicabile.
Durata: 20 minuti.

Materiali: carte con simboli che rappresentano personaggi, emozioni, luoghi, azioni e oggetti; carta o cartoncini per disporre i simboli; materiali artistici per la personalizzazione (pennarelli, texture, carta colorata, colla, adesivi, ecc.); supporti CAA in simboli e suggerimenti visivi opzionali; fotocamera o dispositivo per la documentazione (previo consenso).

Istruzioni:

- **Fase 1:** Presentare ai partecipanti una selezione di carte con simboli e spiegare che l'obiettivo è la creazione di una semplice storia utilizzando immagini e simboli.
- **Fase 2:** Invitare i partecipanti a scegliere tre simboli che rappresentano un momento, una sensazione o un'idea della sessione.
- **Fase 3:** Aiutare i partecipanti a disporre i simboli in una sequenza chiara: inizio → parte centrale → fine.
- **Fase 4:** Incoraggiare la personalizzazione della storia utilizzando texture, linee, colori o simboli aggiuntivi, in base alle preferenze individuali.
- **Fase 5:** Offrire spunti di riflessione per aiutare a dare un significato, ad esempio:
    - "Chi è questo?"
    - "Cosa è successo prima?"
    - "Quale sensazione hai provato in questo momento?"
- **Fase 6:** Creare insieme un titolo, una parola o una didascalia semplice che rappresenti la storia.
- **Fase 7:** Documentare la storia completata attraverso fotografie o appunti, assicurandosi di ottenere il consenso informato.

Impatto delle competenze apprese

Un numero crescente di recensioni e meta-analisi indica che l'arteterapia può avere effetti positivi sulla regolazione emotiva, l'autostima, la partecipazione sociale e il funzionamento comportamentale delle persone con disabilità intellettive e/o profili neurodivergenti. Questi risultati sottolineano il valore dei processi creativi concreti basati sull'uso di simboli come percorsi accessibili per l'espressione, la connessione e la comprensione di sé, in particolare per gli individui le cui esperienze potrebbero essere difficili da esprimere attraverso forme verbali o interpretato attraverso il pensiero Allo stesso tempo, la ricerca riporta una notevole variabilità nei risultati, che riflette le differenze nei profili di sviluppo, nei bisogni sensoriali ed emotivi, nei modi in cui si facilita il processo e nelle condizioni del contesto in cui avviene. Questa variabilità sottolinea l'importanza di una pratica contestualizzata, flessibile ed eticamente fondata, nonché la necessità di modelli di valutazione sensibili, in grado di tenere conto della complessità. In questo contesto, gli approcci che prevedono metodi misti - come la scala per monitorare il raggiungimento degli obiettivi, le scale di valutazione delle singole sessioni e l'analisi dei temi espressi attraverso immagini, parole o il corpo - sono adatti all'arte terapia con giovani artisti, poiché catturano forme di cambiamento poco visibili, orientate al processo e definite dai partecipanti, che vanno oltre la riduzione dei sintomi e mettono in primo piano l'esperienza vissuta.

Sviluppo emotivo

L'arteterapia sostiene lo sviluppo emotivo trasformando le esperienze percepite, spesso preverbali, in simboli, immagini e forme concrete che

possono essere esplorate e condivise. Attraverso routine prevedibili, pause sensoriali e strategie di co-regolazione, i partecipanti sono aiutati a riconoscere, nominare, modulare e tollerare gli stati emotivi nel tempo. Questo graduale sostegno alla comprensione emotiva è utile per le persone che hanno difficoltà con la consapevolezza o la regolazione emotiva. L'attenzione al feedback sul processo, che mette in evidenza l'impegno, la capacità di esplorare e le strategie di adattamento della persona, aiuta a garantire l'autostima, ridurre l'ansia da prestazione e contrastare le tendenze al perfezionismo.

Abilità sociali e relazionali

In un contesto di gruppo, la creazione artistica collaborativa offre opportunità a bassa pressione per esercitarsi a rispettare i turni, ascoltare e assumere prospettive in modi che sembrano significativi e coinvolgenti. I compiti creativi condivisi favoriscono l'armonia relazionale e la consapevolezza reciproca, consentendo all'interazione sociale di emergere in modo organico attraverso l'azione. La rotazione dei ruoli, come responsabile dei materiali, cronometrista o fotografo, favorisce l'autonomia, la responsabilità e la flessibilità dei ruoli, mentre gli accordi di gruppo e le regole supportate visivamente forniscono un quadro relazionale chiaro che garantisce sicurezza, prevedibilità e rispetto reciproco.

Identità, autonomia e visibilità

La creazione artistica dà spazio all'espressione di sé, rafforzando il senso di essere autori della propria storia e portatori della propria voce, in particolare per i giovani artisti le cui prospettive sono spesso emarginate o mediate da altri. L'opportunità di fare delle scelte, lasciare tracce visibili e sviluppare un linguaggio visivo personale contribuisce a rafforzare il senso

di identità e autonomia. Quando opportuno, le mostre o i momenti di condivisione, curati insieme ai partecipanti, possono promuovere la partecipazione sociale e sfidare le narrazioni dominanti che inquadrano la disabilità in termini di deficit. Una pratica etica richiede che i partecipanti mantengano un controllo significativo su come il loro lavoro viene esposto, descritto e condiviso, con processi di consenso esplicito che regolano le immagini, le didascalie e la presentazione pubblica.

Crescita cognitiva e creativa

Le attività di arteterapia che alternano struttura e libertà favoriscono lo sviluppo dell'attenzione, della pianificazione, della sequenzialità e del pensiero flessibile. Strutture chiare forniscono contenimento e prevedibilità, mentre l'esplorazione aperta invita alla creatività e alla risoluzione dei problemi. I materiali multisensoriali, come texture, temperature e resistenze diverse, migliorano l'integrazione sensoriale e arricchiscono la codifica e il richiamo della memoria. Pratiche come la creazione di un diario visivo o di un portfolio consolidano l'apprendimento nel tempo, offrendo ai partecipanti una registrazione tangibile dell'esplorazione, della continuità e del cambiamento.

Benefici a lungo termine

Con una partecipazione costante e sostenuta, i giovani artisti riferiscono spesso una maggiore resilienza, una maggiore partecipazione sociale, una maggiore autonomia nelle scelte e un più forte senso di identità creativa. Le famiglie e gli educatori osservano spesso la generalizzazione di queste capacità nei contesti quotidiani, compresi i miglioramenti nella comunicazione, nella cura di sé e nei comportamenti cooperativi. Questi risultati evidenziano il ruolo dell'arte terapia come spazio di espressione e

come pratica sostenibile di sviluppo, con rilevanza al di là dell'ambito terapeutico.

Risorse aggiuntive

- Documentario sull'arte terapia (video YouTube): documentario che mostra vere sessioni di arte terapia e professionisti che spiegano come i processi creativi sostengono il benessere emotivo.
- Un giovane artista con sindrome di Down (video YouTube): ritratto di un giovane artista con sindrome di Down, che evidenzia come l'arte favorisca l'identità, l'autonomia e l'espressione di sé.
- Arteterapia – FRIEASEL Cavalletto per persone con disabilità (video YouTube): una dimostrazione di un cavalletto da pittura adattivo progettato per supportare le persone con disabilità fisiche o motorie nella creazione artistica.
- LHC Better Living: Autismo e arteterapia (video YouTube): video che illustra come l'arteterapia aiuti le persone con autismo a regolare le emozioni e a partecipare attraverso attività sensoriali.
- Arteterapia – Real Look Autism (video YouTube): sessioni di arteterapia con bambini autistici, che mostra come l'espressione creativa faciliti la comunicazione e riduca l'ansia.
- "Yes you can" – Terapia incentrata sull'arte per persone con disabilità (video YouTube): un video che presenta programmi artistici accessibili che aiutano le persone con disabilità attraverso la creazione collaborativa.
- Il potere della terapia artistica (video YouTube): filmato che evidenzia l'impatto terapeutico della creazione artistica, con esempi di come i processi creativi favoriscano la guarigione emotiva.

- Che cos'è la terapia artistica? (video YouTube): u introduzione ai principi e ai benefici della terapia artistica, con esempi tratti da contesti e popolazioni diversi.

Riferimenti

- American Psychological Association. (2020). *Manuale di pubblicazione dell'American Psychological Association (7a ed.).* American Psychological Association.
- Coholic, D., & Eys, M. (2016). *Le arti come mezzo per l'apprendimento socio-emotivo nei giovani con disabilità.* Arts Education Policy Review, 117*(2)*, 84–96.
- Domínguez Toscano, P. M. (Ed.). (2005). *Arteterapia: Principios y ámbitos de aplicación*. Junta de Andalucía / FSE.
- Kramer, E. (1958). *Art therapy in a children's community*. Schocken Books.
- López Cao, M., & Martínez Díez, N. (2003). *L'arte come terapia in Spagna*. Università Complutense.
- Naumburg, M. (1978). *Arteterapia orientata dinamicamente: principi e pratiche*. Magnolia Street Publishers.
- Schweizer, C., Knorth, E. J., & Spreen, M. (2020). *Art therapy with people with intellectual disabilities: A systematic review*. Arts in Psychotherapy, 69, 101665.
- Slayton, S. C., D'Archer, J., & Kaplan, F. (2010). *Studi sui risultati relativi all'efficacia dell'arteterapia: una revisione dei risultati.* Art Therapy, 27*(3)*, 108–118.
- Waller, D. (1991). *Diventare una professione: la storia dell'arte terapia in Gran Bretagna dal 1940 al 1982*. Routledge.

Co-funded by the European Union

Domande di valutazione

In questa sezione troverete cinque domande per aiutarvi a verificare ciò che avete imparato in questo capitolo. Ogni domanda ha una sola risposta corretta. Le risposte sono disponibili alla fine dell'e-book.

1. L'arteterapia si concentra sul valore estetico delle opere d'arte piuttosto che sul processo creativo personale.
   - VERO
   - FALSO

2. Le persone con disabilità intellettive possono utilizzare l'arteterapia per esprimere emozioni difficili da verbalizzare.
   - VERO
   - FALSO

3. Qual è l'obiettivo principale dell'arteterapia?
   - Insegnare abilità artistiche
   - Promuovere il benessere emotivo e relazionale
   - Produrre opere d'arte da vendere

4. Quale materiale è particolarmente adatto all'integrazione sensoriale?
   - Argilla
   - Matita
   - Grafica computerizzata

5. Qual è un principio etico fondamentale?
   - Competizione
   - Riservatezza e rispetto
   - Interpretazione senza consenso

Modulo 10

Area di applicazione di quanto appreso – Musicoterapia

Modulo 10: Musicoterapia

Obiettivi di apprendimento

Questo modulo introduce la musicoterapia come approccio relazionale e rispettoso delle differenze che utilizza l'esperienza musicale per favorire la comunicazione, l'espressione emotiva e la partecipazione condivisa. Fornisce una panoramica dei concetti, dei metodi e delle strategie basate sul ritmo che possono essere adattati per lavorare con giovani artisti con disabilità intellettive o neurodivergenti. Il capitolo offre anche esempi pratici e attività che i facilitatori possono applicare in contesti di gruppo o individuali per migliorare il coinvolgimento, la co-creazione e il benessere.

Partecipando al seguente modulo, sarai capace di:

- **Descrivere** la musicoterapia come un processo riflessivo basato sull'esperienza musicale e sulla relazione terapeutica
- **Spiegare** come il ritmo, l'improvvisazione e la creazione musicale condivisa supportino la comunicazione, la regolazione emotiva e la connessione sociale
- **Applicare** principi selezionati dalla Neurologic Music Therapy (NMT) per sostenere l'attenzione, la coordinazione e l'organizzazione sensoriale
- **Identificare** opportunità e considerazioni nell'implementazione di attività basate sulla musica in contesti rispettosi delle differenze.

Descrizione dei contenuti: opportunità e sfide

La musicoterapia utilizza l'esperienza musicale - come il ritmo, l'improvvisazione e la creazione musicale condivisa - per favorire la comunicazione, l'espressione emotiva e la partecipazione sociale. Inoltre,

Co-funded by the European Union

enfatizza il processo di interazione musicale, in cui emergono significato e connessione tra terapeuta e partecipante (Bruscia, 2014; Nordoff & Robbins, 2007).

Questo modulo adotta i principi della **Neurologic Music Therapy (NMT)** per illustrare come modelli ritmici strutturati possano supportare la sincronizzazione cognitiva, la regolazione emotiva e il movimento coordinato tra i partecipanti (Thaut & Hoemberg, 2014). Sebbene sviluppate nella neuroriabilitazione, alcune strategie NMT vengono sempre più applicate a giovani artisti con disabilità e/o neurodivergenti, poiché la struttura ritmica può migliorare l'attenzione, la regolazione sensoriale e il coinvolgimento (Thaut & Hoemberg, 2014; Wan et al., 2010; LaGasse, 2024; Bharathi et al., 2019). In questo modulo, le strategie ritmiche e di supporto all'attenzione della NMT sono utilizzate in una forma adattata. Anziché applicare protocolli terapeutici completi, questi elementi sono incorporati per sostenere il coinvolgimento, la co-regolazione e la partecipazione condivisa in ambienti artistici accessibili.

Per i giovani artisti con disabilità, la musicoterapia fornisce un canale di espressione non verbale, in cui i gesti, i suoni e il tempo fungono da forme significative di comunicazione (Wigram, Pedersen, & Bonde, 2002; Bunt & Stige, 2014). La musicoterapia consente di esprimere esperienze o sentimenti che potrebbero essere difficili da articolare verbalmente (Bruscia, 2014; Wigram, 2004), promuovendo anche la consapevolezza di sé e l'empatia all'interno del gruppo (Brown & Pavlicevic, 1996; Malloch & Trevarthen, 2009).

Co-funded by
the European Union

Bruscia (2014) descrive la musicoterapia come un processo riflessivo in cui il terapeuta sostiene la salute del partecipante utilizzando l'esperienza musicale e la relazione che si instaura attraverso la musica. L'approccio Nordoff-Robbins parte dal presupposto che ogni individuo possiede una capacità musicale intrinseca che può essere attivata attraverso l'improvvisazione condivisa. La musicoterapia neurologica (Thaut & Hoemberg, 2014) dimostra che il ritmo può organizzare l'attenzione e il movimento sostenendo la sincronizzazione e la coordinazione neurale.



Figure 13 Un gruppo di 3 uomini giovani adulti seduti insieme che suonano strumenti durante una rilassante sessione musicale. Photo by RDNE Stock project / Pexels

Sebbene la musicoterapia neurologica (NMT) sia stata sviluppata e applicata in contesti di neuroriabilitazione - come ictus, trauma cranico - alcune strategie ritmiche e di regolazione dell'attenzione selezionate dalla NMT possono essere adattate nel lavoro con giovani artisti con disabilità intellettiva e per sostenere l'organizzazione sensoriale, l'impegno e il radicamento emotivo. In tali contesti, la NMT funge da fonte di supporto

ritmico strutturato, mentre il processo relazionale e creativo rimane centrale nell'interazione musicale.

Sebbene **il MACT (Musical Attention Control Training)** abbia origine come tecnica clinica strutturata all'interno della NMT, nei contesti artistici e culturali potrebbe essere utilizzato come un quadro ritmico semplificato e ludico per sostenere l'attenzione, il cambio del turno e l'organizzazione sensoriale. Questo adattamento mantiene il principio della co-regolazione ritmica senza implicare un trattamento clinico.

In conclusione, la musicoterapia offre benefici significativi a coloro che partecipano alle sue attività:

- Comunicazione attraverso suoni e gesti non verbali
- Espressione emotiva e riduzione dei sintomi negativi
- Appartenenza al gruppo e co-creazione
- Agenzia creativa ed espressione di sé
- Accessibilità attraverso strumenti semplici, voce e movimento del corpo.

Attività suggerite

Le seguenti attività possono essere svolte da soli o in gruppo. Sono pensate per favorire la regolazione emotiva, la comunicazione e la partecipazione creativa in modo accessibile.

Attività n. 1: Pulsare insieme

Scopo: promuovere la regolazione emotiva, il radicamento e la sincronia di gruppo attraverso un ritmo costante e condiviso. Il tamburellare di gruppo è spesso utilizzato in terapia per migliorare il senso di appartenenza e la

Figura 13 Tre uomini seduti su un divano che suonano uno strumento

co-regolazione. Un ritmo costante può aiutare a calmare il sistema nervoso e creare un senso di prevedibilità.

Durata: 10-15 minuti.
Materiali: piccoli tamburi o sonagli per ogni partecipante. in assenza degli strumenti è possibile utilizzare la percussione corporea (ad esempio, battendo le mani, picchiettando, battendo i piedi).
Istruzioni:

- **Fase 1 Formazione del cerchio:** invitare i partecipanti a sedersi insieme in cerchio
- **Fase 2 Il ritmo costante del leader:** iniziare suonando un ritmo lento e costante, ad esempio battendo delicatamente le mani o suonando un tamburo con un tempo regolare. Questo segnale ritmico funge da punto di riferimento per il gruppo.
- **Fase 3 Partecipare gradualmente:** incoraggiare ogni partecipante a unirsi al ritmo nel modo che preferisce. Può trattarsi di battere le mani, battere i piedi, suonare il tamburo o lo shaker, o anche solo respirare a tempo con il ritmo. Ogni modo di partecipare è giusto: l'obiettivo è solo quello di allinearsi al ritmo del gruppo. Se qualcuno è in difficoltà nell'usare uno strumento o muovere gli arti, incoraggiarlo a *immaginare* di battere il tempo o di muovere la testa, ecc. L'obiettivo è la partecipazione al ritmo condiviso.
- **Fase 4 Mantenere il ritmo**: continuare il ritmo di gruppo per diversi minuti. Mantenere il tempo prevedibile e costante, regolando il tempo solo se l'intero gruppo lo cambia. Monitorare l'energia del gruppo e apportare modifiche al tempo, se necessario (ad esempio, rallentando se le persone sembrano sovraeccitate o accelerando se l'energia è molto bassa).

- **Fase 5 Chiusura:** dopo 10-15 minuti, interrompere il ritmo o sfumarlo in modo lento. Contare alla rovescia gli ultimi battiti o dare un semplice segnale (ad esempio alzando una mano) in modo che tutti possano terminare insieme.

Attività n. 2: Ritmo e movimento (ispirata alla NMT - MACT)

Scopo: esercitare le capacità di attenzione, il rispetto dei turni, la sequenzialità e la pianificazione motoria attraverso giochi ritmici interattivi. Questa attività è ispirata alle tecniche della Neurologic Music Therapy (NMT), in particolare al Musical Attention Control Training (MACT), che utilizza segnali musicali strutturati per esercitare l'attenzione sostenuta.
Durata: 15-20 minuti
Materiali: Tamburi a mano o bastoncini ritmici di legno per ogni persona. In assenza degli strumenti, è possibile battere le mani o le cosce.
Istruzioni:

- **Fase 1 Schema di chiamata e risposta:** stabilire uno schema ritmico che il gruppo possa ripetere. Ad esempio, iniziare con uno schema a quattro battiti come "ta - ta - ti - ta" (dove "ti" indica due battiti più rapidi nello spazio di uno). Suonare questo schema su un tamburo o battere le mani e chiedere al gruppo di ascoltare. Quindi invitare il gruppo a ripetere insieme lo schema.
- **Fase 2 Ripetere e interiorizzare il ritmo:** ripetere il modello di chiamata e risposta alcune volte con lo stesso schema, in modo che i partecipanti acquisiscano familiarità. Questo esercizio stimola la concentrazione e le capacità di ascolto.
- **Fase 3 Introdurre variazioni:** introdurre piccole modifiche al ritmo per esercitare la capacità di spostare l'attenzione e la flessibilità nella sequenzialità. Ad esempio, è possibile inserire una pausa

(riposo) nel ritmo, aggiungere un battito più forte o modificare la velocità (più veloce o più lenta). Ogni volta, il gruppo ascolta e poi ripete. Ridete degli "errori" e incoraggiate a riprovare: l'obiettivo è mantenere tutti coinvolti e divertirsi con i cambiamenti.

- **Fase 4. Ruotare il ruolo di leader:** una volta che il gruppo ha compreso il gioco, invitare i partecipanti a fare a turno il leader che crea un nuovo ritmo che tutti gli altri devono copiare. Può essere un pattern a due o quattro battiti a loro scelta. Aiutare chi è timido o insicuro: anche un solo battito di mani o un semplice ritmo sono perfetti. Celebrare la creatività: se qualcuno fa qualcosa di inaspettato o irregolare, trattalo come una variazione giocosa che il gruppo deve ripetere.
- **Fase 5 Integrazione del movimento (facoltativo):** per coinvolgere la pianificazione motoria, è possibile incorporare il movimento al ritmo. Ad esempio, assegnate un movimento semplice (come un passo, un battito di mani o un movimento sinuoso) a determinati battiti. Oppure provate un'attività come "stop and go": quando il leader suona, tutti marciano sul posto a tempo; quando il leader smette di suonare, tutti si fermano. Questo è tratto dalle tecniche MACT, in cui i segnali musicali indicano quando iniziare/interrompere le azioni, allenando il controllo degli impulsi dei partecipanti in modo motivante (Thaut & Gardiner, 2014).

Attività n. 3: Controllo dell'identità sonora

Scopo: fornire uno sbocco non verbale a ciascun partecipante per esprimere il proprio stato emotivo attuale e sentirsi ascoltato dal gruppo. Questa attività offre un modo per "dire" come ci si sente usando il suono invece delle parole, il che può ridurre la pressione della spiegazione

verbale.

Durata: 8-12 minuti (a seconda delle dimensioni del gruppo).

Materiali: solo la voce o uno strumento semplice per persona (ad esempio un campanello, un tamburo a mano o un qualsiasi oggetto che produca suoni). Se sono disponibili strumenti, distribuirli in modo che ogni persona ne abbia uno; in caso contrario, è sufficiente la sola voce.

Istruzioni:

- **Fase 1 Introduzione:** spiegare al gruppo che ogni partecipante emetterà un singolo suono per mostrare come sta in quel momento. Sottolineare che qualsiasi suono va bene: può essere lungo o breve, forte o debole, musicale o un rumore. Ogni suono è giusto quando rappresenta ciò che la persone prova.
- **Fase 2 Condivisione individuale dei suoni**: uno alla volta, ogni partecipante emette il "suono dei sentimenti" che ha scelto. Ad esempio, qualcuno potrebbe fare un respiro profondo e canticchiare dolcemente se si sente calmo, oppure potrebbe battere i piedi o suonare una nota veloce e forte se si sente arrabbiato o eccitato. Può essere astratto, anche solo un volume, un tono o un ritmo che risuona con loro in quel momento.
- **Fase 3 Eco di gruppo:** dopo che una persona ha emesso il proprio suono, il resto del gruppo è invitato a ripetere o a rispecchiare quel suono. Se si trattava di un suono vocale, gli altri cercano di imitare quella vocalizzazione. Se è stato prodotto con uno strumento, gli altri possono rispondere utilizzando i propri strumenti in modo simile (o la voce, se non hanno lo stesso strumento). L'idea è che tutti riflettano ciò che hanno sentito, riconoscendo l'espressione della persona. Questo dovrebbe essere fatto con rispetto, abbinando il

tono/volume (se qualcuno ha emesso un suono morbido, tutti lo ripetono in modo morbido).

- **Fase 4: Turni:** fare un giro in modo che ogni membro del gruppo abbia la possibilità di emettere un suono e di sentirlo ripetuto dal gruppo, evitando le interruzioni. Il suono di ogni persona è unico e importante. Incoraggiare i partecipanti ad ascoltarsi l'un l'altro.
- **Fase 5 Conclusione:** dopo che tutti hanno avuto un turno, concludere l'attività con un momento di silenzio o magari con un suono collettivo (come un mormorio unificato o un accordo sugli strumenti) per riunire il gruppo. Ad esempio, il facilitatore può invitare tutti a fare un respiro profondo insieme e a emettere un mormorio delicato all'unisono, per poi sfumare nel silenzio.

Impatto delle competenze apprese

Le attività basate sulla musica possono sostenere in modo significativo lo sviluppo personale, sociale e artistico dei giovani artisti con disabilità intellettiva e/o neurodivergenti. Ciò che conta di più nella pratica è l'ambiente di presenza condivisa, flessibilità e coinvolgimento relazionale. L'approccio del facilitatore influenza l'accessibilità e il potenziamento dell'attività.

Di seguito sono riportate alcune linee guida da seguire nelle attività con giovani artisti.

- **Dare l'esempio di una partecipazione calma, costante e senza giudizi:** una postura stabile, una respirazione rilassata e movimenti costanti aiutano a creare un'atmosfera prevedibile che favorisce la co-regolazione. Le variazioni di ritmo o di tempo dei partecipanti dovrebbero essere accolte con favore, dato che tutti i contributi sono

significativi. Lasciare che la sincronia emerga in modo naturale: il ritmo condiviso spesso si sviluppa in modo spontaneo e rafforza la coesione del gruppo.

- **Usare segnali ritmici chiari e semplici e incoraggiare il turno di parola senza pressioni:** dimostrare ascolto ripetendo i modelli dei partecipanti e riconoscendo le loro idee. Se qualcuno ha difficoltà, semplificare o aiutare senza attirare attenzione negativa. Seguire il flusso del gruppo: se un ritmo cambia o diventa irregolare, adattarsi ad esso. Usare riscontri positivi e specifici per rafforzare il coinvolgimento ("Ottimo stop insieme!", "Bel modello veloce che avete creato!").
- **Convalidare i suoni e i gesti espressivi senza interpretarli:** ripetere ogni suono per dimostrare che è stato ascoltato, evitando di etichettarlo ("arrabbiato", "triste") o di analizzare il significato. Se qualcuno è indeciso, proponete di creare un suono insieme o permettete di passare il turno. L'accoppiamento, il rispecchiamento e l'incoraggiamento aiutano a mantenere un'atmosfera di accettazione e presenza condivisa.

Questo approccio favorisce lo sviluppo di molte abilità nei giovani artisti che partecipano ad attività musicali, in particolare:

- **Competenza personale:** consapevolezza emotiva, fiducia, autonomia e comfort nell'espressione creativa
- **Competenza sociale**: alternanza dei turni, ascolto, appartenenza al gruppo e co-regolazione ritmica
- **Competenza artistica**: esplorazione dell'identità musicale, scelte sonore e improvvisazione

Co-funded by the European Union

- **Competenza professionale emergente**: responsabilità, preparazione, collaborazione e pratica condivisa rispettosa.

Grazie a queste linee guida, la creazione musicale diventa un processo flessibile e accessibile in cui i giovani artisti possono partecipare al proprio ritmo, comunicare in modi che risultano naturali per loro ed essere riconosciuti come preziosi contributori del gruppo.

Risorse aggiuntive

- Nordoff-Robbins (Musicoterapia creativa): presentazione di approcci relazionali e improvvisativi, concentrandosi sull'interazione musicale condivisa e l'agenzia creativa.
- Musicoterapia neurologica - Dimostrazioni (elementi adattabili): video pratici che mostrano come la struttura ritmica possa sostenere l'attenzione, il movimento e il coinvolgimento in modi semplici e accessibili.
- Chrome Music Lab (strumenti musicali interattivi gratuiti): strumenti digitali accessibili per esplorare ritmo, melodia, loop e texture sonore. Utili per il gioco di gruppo inclusivo e senza barriere.
- Ascolto profondo / Consapevolezza sonora (Fondazione Pauline Oliveros): pratiche guidate di consapevolezza sonora che incoraggiano il radicamento sensoriale e la co-presenza.
- Libreria gratuita di loop di batteria: utile per stabilire una struttura ritmica costante nelle attività in cui gli strumenti sono limitati. Non è richiesto alcun login.

Riferimenti

- Bharathi, G., Jayaram, S., & Kishore, M. T. (2019). *Intervento basato sulla musica per bambini con disturbo dello spettro autistico: uno studio randomizzato controllato*. Frontiers in Psychology, 10, 1198.
- Brown, S., & Pavlicevic, M. (1996). *Improvvisazione clinica nella musicoterapia creativa: estetica musicale e dimensione interpersonale.* The Arts in Psychotherapy, 23(5), 397–405.
- Bruscia, K. E. (2014*). Definizione di musicoterapia (3a ed.).* Barcelona Publishers.
- Bunt, L., & Stige, B. (2014). *Musicoterapia: un'arte oltre le parole (2a ed.).* Routledge.
- Hardy, M. W., & LaGasse, A. B. (2013). *Ritmo, movimento e autismo: utilizzare la ricerca sulla riabilitazione ritmica come modello per l'autismo.* Frontiers in Integrative Neuroscience, 7, 19.
- Kirschner, S., & Tomasello, M. (2009). *Joint drumming: Social context facilitates synchronization in preschool children*. Journal of Experimental Child Psychology, 102(3), 299–314.
- LaGasse, A. B. (2024). *Rhythmic entrainment and functional outcomes in autism spectrum disorder: A systematic review.* Frontiers in Integrative Neuroscience, 17, Articolo 1192012.
- Malloch, S., & Trevarthen, C. (Eds.). (2009). *Musicalità comunicativa: esplorare le basi della compagnia umana.* Oxford University Press.
- Nordoff, P., & Robbins, C. (2007). *Musicoterapia creativa: una guida per promuovere la musicalità clinica (2a ed.).* Barcelona Publishers.
- Pasiali, V., LaGasse, A. B., & Penn, S. (2014). *L'effetto dell'allenamento al controllo dell'attenzione musicale (MACT) sulle capacità di attenzione degli adolescenti con ritardi nello sviluppo neurologico: uno studio pilota.* Journal of Music Therapy, 51(4), 333–354.

Co-funded by the European Union

- Thaut, M. H. (2005). *Ritmo, musica e cervello: fondamenti scientifici e applicazioni cliniche*. Routledge.
- Thaut, M. H., & Gardiner, J. C. (2014). *Musical Attention Control Training*. In M. H. Thaut & V. Hoemberg (Eds.), Handbook of neurologic music therapy (pp. 257–269). Oxford University Press.
- Thaut, M. H., & Hoemberg, V. (Eds.). (2014). *Manuale di musicoterapia neurologica.* Oxford University Press.
- Thaut, M. H., McIntosh, G. C., & Hoemberg, V. (2015*). Fondamenti neurobiologici della musicoterapia neurologica: sincronizzazione ritmica e cervello umano*. Frontiers in Psychology, 6, 1185. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.01185
- Wan, C. Y., Demaine, K., Zipse, L., Norton, A., & Schlaug, G. (2010). *Dal fare musica al parlare: coinvolgere il sistema dei neuroni specchio nell'autismo.* Brain Research Bulletin, 82(3–4), 161–168.
- Wheeler, B. L. (Ed.). (2015). *Manuale di musicoterapia*. Guilford Press.
- Wigram, T. (2004). *Improvvisazione: metodi e tecniche per musicoterapeuti, educatori e studenti*. Jessica Kingsley Publishers.
- Wigram, T., Pedersen, I. N., & Bonde, L. O. (2002). *Guida completa alla musicoterapia: teoria, pratica clinica, ricerca e formazione.* Jessica Kingsley Publishers.
- Wiltermuth, S. S., & Heath, C. (2009). *Sincronia e cooperazione.* Psychological Science, 20(1), 1–5.

Domande di valutazione

In questa sezione troverete cinque domande per aiutarvi a verificare ciò che avete imparato in questo capitolo. Ogni domanda ha una sola risposta corretta. Le risposte sono disponibili alla fine dell'e-book.

Co-funded by the European Union

1. La musicoterapia enfatizza l'interazione musicale condivisa piuttosto che il raggiungimento di risultati musicali.

- VERO
- FALSO

2. La musicoterapia neurologica (NMT) utilizza il ritmo per sostenere l'attenzione, la coordinazione e la regolazione, non solo l'espressione emotiva.

- VERO
- FALSO

3. L'approccio Nordoff-Robbins si basa sull'idea che:

- La musica deve essere insegnata prima di poter essere utilizzata
- Ogni persona ha un potenziale musicale innato che può essere stimolato attraverso l'improvvisazione
- La musicoterapia si concentra principalmente sulle capacità di esecuzione

4. L'obiettivo principale delle attività ritmiche di gruppo in questo modulo è:

- Produrre risultati musicali sincronizzati
- Favorire l'attenzione condivisa, la co-regolazione e la connessione
- Allenare la precisione tecnica ritmica

5. Quale attività fornisce un modo non verbale per esprimere lo stato emotivo all'interno del gruppo?

- Verifica dell'identità sonora
- Discussione sull'analisi dei testi
- Esercizio di pratica della scala

Modulo 11

Area di applicazione di quanto appreso – Drammaterapia

Modulo 11: Drammaterapia

Obiettivi di apprendimento

Questo modulo introduce i fondamenti teorici e le applicazioni pratiche della drammaterapia in contesti educativi, sociali e terapeutici. I partecipanti esploreranno come i metodi basati sul teatro supportino l'espressione emotiva, il rispetto delle differenze e lo sviluppo personale, con particolare attenzione al lavoro con giovani artisti con disabilità intellettiva e/o neurodivergenti.

Partecipando al seguente modulo, sarai capace di:

- **Comprendere** i fondamenti teorici e pratici della drammaterapia e il suo potenziale di integrazione con altre metodologie di supporto psicologico e educativo (ad esempio, la danza movimento terapia).
- **Analizzare** le opportunità e le sfide della sua applicazione in diversi contesti educativi, terapeutici e sociali.
- **Scoprire** l'impatto della drammaterapia sulle capacità dei giovani artisti con disabilità intellettiva e/o neurodivergenti.

Descrizione dei contenuti: opportunità e sfide

Nel corso del XX secolo, il confine tra arte e terapia è diventato sfumato. La musica, la danza, il teatro e la fotografia hanno dimostrato un potenziale trasformativo in grado di influenzare la percezione di sé e la qualità della vita (Chasen, 2011; Slade, 2008). In questo contesto è emersa la drammaterapia, basata sull'idea che le persone possano conoscere sé stesse e trasformarsi attraverso l'esibizione artistica. Fondata sull'azione e sul movimento, la drammaterapia riconosce il ruolo del corpo come ponte tra la dimensione interna ed esterna. Attraverso di essa, l'invisibile può

prendere forma, diventando un'esperienza condivisibile e riconoscibile. Il movimento, il ritmo, la mimica e il gioco diventano strumenti per esprimere ciò che le parole falliscono a comunicare. Nella drammaterapia, questa sensibilità è espressa attraverso l'uso del corpo come canale privilegiato di relazione, in grado di rendere visibile l'invisibile.

Fondamenti teorici

La drammaterapia nasce dalla convergenza di diverse tradizioni e scuole di pensiero che, nel corso del XX secolo, hanno trasformato il teatro da semplice arte performativa a strumento di guarigione e crescita personale. Nel 1953 Jacob Levi Moreno ha aperto la strada con lo psicodramma, sostenendo che l'azione precede il pensiero: attraverso il gesto e il movimento, il corpo diventa il veicolo primario di conoscenza e trasformazione (Moreno, 1953). Si tratta di mettere in scena frammenti della propria vita in un contesto protetto, per esplorare le emozioni e le relazioni in modo diretto e liberatorio (Holmes & Karp, 1991).

Questa intuizione è legata al lavoro di Augusto Boal, che con *il* suo *Teatro dell'Oppresso* (1974) ha portato il teatro fuori dal palcoscenico tradizionale e lo ha messo al servizio della comunità. Boal sosteneva che ogni essere umano è sia attore che spettatore della propria vita: il teatro diventa così uno spazio di consapevolezza critica, dove le persone possono riflettere sulle dinamiche di potere e proporre alternative. In campo terapeutico, questa prospettiva mostra come il palcoscenico possa essere un mezzo di liberazione e trasformazione collettiva, oltre che individuale (Boal, 2000). In modo parallelo a queste visioni, Jacques Lecoq ha sviluppato nel 1997 una pedagogia centrata sul corpo poetico (Lecoq, 1997). Per lui, il teatro dovrebbe formare attori professionisti e anche esseri umani capaci di ascoltare il mondo con tutto il loro corpo.

In Italia, Gaetano Oliva ha contribuito a strutturare e integrare la drammaterapia nei contesti educativi e terapeutici, descrivendola come "educazione alla presenza". Per Oliva, il corpo è un luogo in cui si manifestano paure, conflitti e risorse, e il palcoscenico diventa uno spazio simbolico di mediazione: un ambiente protetto in cui le emozioni e le esperienze possono essere rappresentate senza essere sopraffatte. Il gioco simbolico, in questa prospettiva, è fondamentale perché permette di esprimere emozioni profonde in modo protetto e condivisibile (Oliva, 2005).

Infine, nel 2014 Michael Karp e Maria Farrall hanno aggiornato il metodo di Moren, descrivendo lo psicodramma contemporaneo come un processo in tre fasi: riscaldamento, azione drammatica e condivisione. La loro attenzione alla spontaneità creativa, considerata la forma più pura di salute mentale, rafforza l'idea che il palcoscenico sia un laboratorio della realtà, un luogo dove sperimentare nuovi modi di essere e di relazionarsi (Karp & Farrall, 2014). Oliva e Karp & Farrall condividono l'attenzione al corpo, alle relazioni, all'uso dei simboli e del gioco, e al ruolo del facilitatore.

La drammaterapia è una pratica di cittadinanza emotiva, che collega l'arte e la psicologia, l'individuo e la comunità (Brook, 1968). Alla base della drammaterapia c'è una rete di approcci differenti provenienti da ambiti diversi, e che condividono alcuni principi comuni: la centralità del corpo come strumento di conoscenza, il valore del gioco e della spontaneità, la dimensione relazionale e comunitaria e il palcoscenico come spazio simbolico di trasformazione.

La drammaterapia è una disciplina che può essere applicata e proposta in vari ambiti:

- **Scuola e istruzione:** promuove l'educazione emotiva e l'integrazione, combatte il bullismo e la disuguaglianza e valorizza la diversità come risorsa (Chasen, 2011)
- **Disabilità:** valorizza le capacità espressive anche in presenza di limitazioni comunicative; il palcoscenico diventa uno spazio in cui convivono le differenze
- **Salute mentale**: quando la drammaterapia viene utilizzata nei centri terapeutici e nelle comunità, promuove la ricostruzione dell'identità e della narrazione di sé (Slade, 2008)
- **Gruppi vulnerabili:** decostruisce ruoli e stereotipi, restituendo voce e dignità alle minoranze e alle persone discriminate
- **Dimensione di gruppo**: favorisce l'ascolto e l'empatia, dato che il gruppo è uno specchio e un sostegno, delineandosi come una micro-società terapeutica.

Ruolo del facilitatore e ambiente sicuro

Nella drammaterapia, i facilitatori agiscono come "accompagnatori del processo", garantendo un ambiente chiaro e affidabile (Karp & Farrall, 2014). Definiscono i tempi, le regole di cura reciproca e i confini fisici. Forniscono ai partecipanti un riscaldamento graduale, offrono immagini e stimoli privi di regole rigide, rallentano quando l'intensità emotiva aumenta e utilizzano la condivisione finale per tradurre l'esperienza in significato. Nella relazione di aiuto, il facilitatore monitora la qualità del gioco simbolico (la capacità di "fingere" rimanendo al sicuro), incoraggia la consapevolezza della respirazione e della postura e coltiva un clima privo di giudizio che consente di procedere per tentativi senza conseguenze. Nelle attività con giovani artisti con disabilità intellettiva e/o neurodivergenti, sono necessari adattamenti sensoriali (luci, suoni,

materiali tattili), prevedibilità delle sequenze e impiego di segnali chiari per facilitare le transizioni e le pause.

Drammaterapia, fototerapia e altre terapie artistiche

La fototerapia può integrare la drammaterapia, creando un circolo virtuoso tra immagine e azione: le fotografie (personali, d'archivio, simboliche) fungono da stimoli narrativi e consentono di estendere l'attenzione sul corpo alla dimensione visiva, favorendo il riconoscimento e la rielaborazione. Allo stesso modo, la danza-movimento terapia sostiene la consapevolezza cinestetica e la musica facilita la co-regolazione e la coesione del gruppo. L'integrazione riconosce i diversi linguaggi: ogni pratica è guidata da uno specifico registro espressivo (corpo, voce, immagine, ritmo) e converge verso lo stesso obiettivo di consapevolezza, espressione e relazione. Nei corsi con giovani artisti con disabilità intellettiva e/o neurodivergenti, questa integrazione consente una personalizzazione accurata: alcuni rispondono meglio al ritmo, altri alla visualizzazione, altri ancora alla voce, e la pluralità dei canali aumenta l'accessibilità e il rispetto delle differenze (Chasen, 2011).

Valutazione del processo e dei risultati

La valutazione è parte integrante delle attività di drammaterapia poiché mette in luce i processi di cambiamento individuali e collettivi vissuti dai partecipanti al laboratorio. Il sistema di valutazione è progettato per accompagnare l'esperienza nel suo complesso, cogliendone gli aspetti emotivi, relazionali, fisici ed espressivi. Il monitoraggio può essere suddiviso in tre fasi principali:

- **Entrata:** identificare le aspettative dei partecipanti, le esigenze iniziali e il livello di comfort fisico e relazionale

- **Durante:** nello svolgimento delle attività, il drammaterapeuta può osservare la spontaneità, la percezione di sicurezza, la capacità di coinvolgimento e il rispetto dei tempi proposti
- **Chiusura:** alla fine dell'attività, valutare l'autopercezione, le capacità espresse e l'integrazione nel gruppo.

Per raccogliere queste informazioni possono essere utilizzati vari strumenti, tra cui brevi scale Likert sulla sicurezza e la spontaneità, questionari sulle abilità come la comunicazione non verbale, l'ascolto e la cooperazione, diari corporei composti da parole e immagini e micro-interviste narrative. L'obiettivo è quello di evidenziare l'impatto dell'attività sul partecipante e rendere visibile il cambiamento. Ad esempio, i corsi di drammaterapia possono consentire a una persona con disabilità di muoversi più facilmente, usare la propria voce in modo più efficace e sviluppare il senso di appartenenza al gruppo. Questo approccio restituisce dignità e centralità ai processi, evidenziando il potenziale trasformativo delle esperienze artistiche (Oliva, 2005; Slade, 2008).

In conclusione, la drammaterapia è un arricchimento e un supporto prezioso alle pratiche cliniche, terapeutiche e educative. Promuove un'esplorazione emotiva sicura e rispettosa, nonché il benessere individuale e la regolazione delle emozioni. Le attività di drammaterapia accolgono ritmi personali diversi, consentendo la libertà di entrare e uscire dai ruoli e riconoscendo il valore del silenzio come forma legittima di partecipazione. La partecipazione alle attività è sempre volontaria e l'atmosfera è di ascolto e rispetto reciproco.

Co-funded by
the European Union

Attività suggerite

Attività n. 1: Costruire uno spazio drammatico sicuro

Scopo: sviluppare la consapevolezza di come creare un ambiente sicuro, strutturato e accessibile per la drammaterapia con gruppi educativi o culturali.

Metodo: Esercizio basato sull'esperienza di gruppo seguito da riflessione guidata (di persona o online).

Durata: 60 minuti.

Materiali: Lavagna a fogli mobili o lavagna digitale; pennarelli; lista di controllo stampata (o documento condiviso).

Istruzioni:

- **Fase 1 Riscaldamento:** il formatore conduce una breve sessione simulata di drammaterapia, sottolineando la prevedibilità e la sicurezza. I partecipanti si dispongono in cerchio mentre il formatore li guida attraverso esercizi di respirazione che prevedono movimenti lenti, come appoggiare le mani sul cuore ed eseguire delicati allungamenti. Utilizzare segnali visivi e verbali (ad esempio "Pronti? Sì/No").
- **Fase 2 Breve esercizio simbolico:** "Il mio albero sicuro" – i partecipanti usano il proprio corpo o oggetti per creare un albero che rappresenti la forza (prima da soli e poi in coppia).
- **Fase 3 Analisi in piccoli gruppi:** il gruppo viene suddiviso in gruppi più piccoli. Ogni gruppo disegna o sceglie immagini in risposta alla domanda "Cosa crea sicurezza?" (Esempi di categorie: spazio fisico, voce/toni, corpo/movimenti, ritmo/tempistica, regole/condivisione e transizioni/segnali). Quindi, ogni gruppo vota tre elementi significativi utilizzando adesivi o segni.

- **Fase 4 Discussione plenaria:** i gruppi condividono i risultati. Il formatore presenta una lista di controllo delle buone pratiche (rituali, regole, transizioni, consapevolezza sensoriale).



Figura 14 In alto, il titolo "Creare uno spazio teatrale sicuro". In basso, a sinistra, una donna e due uomini con gli occhi chiusi e piedi scalzi stanno eseguendo un esercizio teatrale. A destra, un insegnante spiega loro l'esercizio. Immagine generata dall'intelligenza artificiale - Midjourney v6, 2025

Attività n. 2: Incarnazione e linguaggio simbolico nell'istruzione

Scopo: Esplorare come l'azione corporea e il gioco simbolico supportano l'apprendimento emotivo e la comunicazione in contesti educativi e culturali.

Metodo: Laboratorio pratico con riflessione.

Durata: 60 minuti.

Materiali: Spazio aperto; sciarpe o oggetti neutri; carta e penne.

Istruzioni:

- **Fase 1 Attivazione corporea (15 min):** semplici esercizi di movimento e imitazione per aumentare la consapevolezza del proprio corpo
- **Fase 2 Improvvisazione simbolica (25 min):** i partecipanti creano brevi scene utilizzando oggetti come simboli di emozioni o esperienze
- **Fase 3 Riflessione (20 min):** discussione sulla trasferibilità al lavoro educativo e culturale (regolamentazione di gruppo, coinvolgimento, espressione).



Figura 15 In alto, il titolo "Improvvisazione simbolica". In basso, due donne e due uomini preparano una scena teatrale. Immagine generata dall'intelligenza artificiale - Midjourney v6, 2025

Attività n. 3: Adattare la drammaterapia alla neurodiversità e alla disabilità

Scopo: sviluppare strategie pratiche per adattare la drammaterapia a contesti rispettosi delle differenze.

Metodo: Discussione di casi di studio e progettazione collaborativa.

Durata: 60 minuti.

Materiali: Schede dei casi; lista di controllo per l'adattamento; modelli digitali o cartacei.

Istruzioni per i partecipanti:

- **Fase 1 Analisi del caso (20 min):** ai gruppi viene presentato uno scenario che coinvolge partecipanti con esigenze particolari
- **Fase 2: Fase di progettazione (25 min):** i gruppi propongono degli adattamenti (stimoli sensoriali, ritmo, supporti visivi)
- **Fase 3 Condivisione e feedback (15 min):** i gruppi presentano piani sintetici e ricevono riscontri dai colleghi.



Figura 16 In alto, il titolo "Adattare la drammaterapia alla neurodiversità e alla disabilità". In basso, tre donne e un uomo seduti attorno a un tavolo. Una donna mostra un foglio di carta con l'immagine di una persona su una sedia a rotelle. Immagine generata dall'intelligenza artificiale - Midjourney v6, 2025

Impatto delle competenze apprese

L'impatto del modulo sulle competenze dei giovani artisti con disabilità intellettiva e/o neurodivergenti può essere mappato su aree di competenza trasversali:

- **Consapevolezza di sé e autoregolazione:** riconoscere gli stati fisici, dare un nome alle emozioni, modulare l'intensità
- **Comunicazione espressiva**: usare la voce, i gesti, il ritmo e le immagini per trasmettere significati, ascoltare e rispecchiare
- **Collaborazione e cittadinanza**: prendersi cura del gruppo, rispettare i confini, partecipare alla creazione condivisa
- **Creatività e risoluzione dei problemi**: trasformare materiali e compiti in scenari simbolici, generando nuove risposte
- **Resilienza e benessere**: gestire le emozioni difficili in un ambiente di gioco protetto, tornare al qui e ora con maggiori risorse.

Per i giovani artisti, la mappatura evidenzia i progressi osservabili che possono essere condivisi con le famiglie, le squadre e le scuole, supportando le decisioni educative e terapeutiche.

Linee guida pratiche per l'ambiente

Le seguenti linee guida offrono consigli pratici sulla creazione di un ambiente sicuro, accessibile e funzionale per le attività di drammaterapia. Sono progettate per facilitare l'organizzazione, sostenere la partecipazione e garantire un'esperienza positiva ai giovani artisti con disabilità.

- **Spazio:** assicurarsi che l'ambiente sia pulito, flessibile e privo di ostacoli, organizzato con aree dedicate sia alle attività dinamiche (azione) che ai momenti più tranquilli (condivisione)

- **Tempo:** la durata consigliata dell'attività è di 60-90 minuti, suddivisi in riscaldamento, fase esperienziale centrale, chiusura e riflessione
- **Materiali:** è preferibile utilizzare sedie spostabili, grandi fogli di carta, asciugamani e oggetti neutri come palline morbide, corde o carta colorata
- **Audio e illuminazione:** è raccomandato tenere livelli moderati, con la possibilità di ridurre gli stimoli per venire incontro a eventuali sensibilità sensoriali
- **Sicurezza:** all'inizio delle attività, definire insieme al gruppo regole chiare per la sicurezza e il successo dell'attività (ad esempio, solo contatto consensuale, interruzione immediata al segnale verbale)
- **Accessibilità:** è consigliabile utilizzare una comunicazione multimodale (verbale, visiva, dimostrativa), con tempi prevedibili e rituali di ingresso e uscita per facilitare l'orientamento e la partecipazione.

Risorse aggiuntive

- British Association of Dramatherapists (BADth): sito web ufficiale dell'Associazione britannica dei drammaterapeuti.
- Federazione Europea di Drammaterapia (EFD): rete europea per la drammaterapia: progetti, conferenze e risorse professionali.
- Società tedesca di drammaterapia (DGfT – Deutsche Gesellschaft für Theatertherapie): istituto tedesco che da molti anni offre formazione avanzata e continua in drammaterapia.
- Dramma creativo nelle terapie di supporto per bambini con disturbi dell'apprendimento (Zafeiriadou N., 2015): il documento presenta i risultati del progetto intitolato "Terapie di supporto per bambini con disturbi dell'apprendimento", in cui sono stati utilizzati elementi di

teatro creativo e drammaterapia con studenti dalla quinta alla nona classe.

- Drammaterapia (Orioli W. 2021): il libro è di natura pratica: una sezione teorica funge da quadro concettuale per le due sezioni successive, che presentano esercizi ed esperienze sotto forma di relazioni di lavoro di esperti del settore e studiosi di terapia teatrale.

Riferimenti

- Boal, A. (1995). *The Rainbow of Desire: The Boal Method of Theatre and Therapy.* London: Routledge.
- Boal, A. (1974). *Teatro do Oprimido e outras poéticas políticas.* Buenos Aires: Ediciones de la Flor.
- Brook, P. (1968). *The Empty Space.* London: Penguin.
- Chasen, L. R. (2011). *Social Skills, Emotional Growth, and Drama Therapy: Inspiring Connection on the Autism Spectrum.* London: Jessica Kingsley Publishers.
- Holmes, P., & Karp, M. (Eds.). (1991). *Psychodrama: Inspiration and Technique.* London/New York: Tavistock/Routledge.
- Karp, M., Holmes, P., & Bradshaw Tauvon, K. (Eds.). (1998). *The Handbook of Psychodrama*. London/New York: Routledge
- Karp M. Farrall M., (2014). *An Introduction to Psychodrama Concepts and Terms*. In P., Homes M. Farrall & K., Kirk (Eds.). Empowering therapeutic practice: integrating psychodrama into other therapies (p. 9). London, UK: Jessica Kingsley Publishers.
- Lecoq, J. (1997). *Le corps poétique: Un enseignement de la création théâtrale.* Arles: Actes Sud.

Co-funded by the European Union

- Moreno, J. L. (1953). *Who Shall Survive? Foundations of Sociometry, Group Psychotherapy and Sociodrama*. Beacon, NY: Beacon House.
- Oliva, G. (2005). *Educazione alla teatralità e formazione. Dai fondamenti del movimento creativo alla form-a-zione.* LED Edizioni Universitarie.

Domande di valutazione

In questa sezione troverai cinque domande per aiutarti a verificare ciò che hai imparato in questo capitolo. Ogni domanda ha una sola risposta corretta. Le risposte sono disponibili alla fine dell'e-book.

1. La performance artistica è l'obiettivo della drammaterapia?
   - VERO
   - FALSO

2. Il gruppo è uno specchio e un dispositivo di supporto sul palco?
   - VERO
   - FALSO

3. Secondo Moreno, cosa viene prima?
   - Le parole
   - L'azione
   - I pensieri

4. Dimensione essenziale della drammaterapia:
   - Competizione tra i partecipanti
   - Direzione rigida da parte del facilitatore
   - Gioco e ambiente sicuro

5. L'obiettivo principale della drammaterapia è:
   - Formazione tecnica

- Esplorazione di sé attraverso il corpo e la voce
- Il successo economico dell'artista

Artistic Minds

Modulo 12

Arte Digitale e Cultura Smart

MODULO 12: ARTE DIGITALE E CULTURA SMART

Obiettivi di apprendimento

Questo modulo offre una panoramica di come l'arte digitale e la cultura smart siano intrecciate con le pratiche creative rispettose delle differenze. Introduce i concetti, le opportunità e le sfide che caratterizzano l'uso delle tecnologie emergenti nel lavoro artistico con giovani artisti con disabilità intellettive e/o neurodivergenti.

Partecipando al seguente modulo, sarai capace di:

- **Progettare esperienze di arte digitale accessibili** che integrino tecnologie intelligenti (ad esempio media interattivi) per coinvolgere i giovani artisti nell'espressione creativa
- **Attuare strategie e pratiche** per l'utilizzo di strumenti di arte digitale nelle attività con giovani artisti, assicurando che queste tecnologie siano applicate in modo accessibile, responsabilizzante ed etico.

Descrizione dei contenuti: opportunità e sfide

La tecnologia digitale è diventata parte integrante del panorama culturale odierno, dando origine all'arte digitale come mezzo di comunicazione e promuovendo una "cultura intelligente". In termini semplici, **l'arte digitale** comprende tutte le opere creative realizzate o trasformate attraverso l'uso di strumenti digitali, dalle illustrazioni disegnate su un tablet, alle opere d'arte generative basate sull'intelligenza artificiale, alle installazioni interattive. **La cultura smart** indica l'integrazione di tecnologie avanzate (come l'intelligenza artificiale, la realtà virtuale, la realtà aumentata e le app mobili) negli spazi e nelle pratiche culturali, con l'obiettivo di migliorare l'accessibilità, la partecipazione e la personalizzazione

(SmartCulture, 2015). In un ambiente artistico o culturale, progettato con la cultura smart, la tecnologia viene sfruttata per trasformare il modo in cui le persone interagiscono con l'arte: il pubblico diventa co-creatore, discente o attore piuttosto che spettatore passivo. Ad esempio, una città potrebbe utilizzare una rete di opere d'arte pubbliche interattive che rispondono ai movimenti dei visitatori, oppure un museo potrebbe offrire un app per smartphone che fornisce descrizioni audio personalizzate e sovrapposizioni in lingua dei segni per le mostre. Questi sviluppi promettono nuove esperienze creative per il pubblico e significative opportunità di accessibilità anche per i giovani artisti con disabilità intellettiva e/o neurodivergenti (SmartCulture, 2015).



Figura 17 Un uomo seduto su una sedia a rotelle scatta una foto con il cellulare a un quadro che raffigura una donna in campagna, con indosso un vestito e con in mano un ombrello bianco. Immagine generata dall'intelligenza artificiale – ChatGPT v5.1, OpenAI, 2025

In pratica, l'arte digitale e le iniziative di cultura intelligente stanno già dimostrando queste opportunità. Le istituzioni culturali hanno iniziato a

adottare la tecnologia per diventare accessibili: i musei, ad esempio, utilizzano strumenti interattivi e basati sull'intelligenza artificiale per accogliere i visitatori con disabilità. Uno studio recente ha progettato un sistema di "museo intelligente" con mostre tattili, narrazione basata sull'intelligenza artificiale e chatbot, che ha portato a un aumento del 52% nella comprensione dei contenuti e ad un alto livello di soddisfazione tra i visitatori ipovedenti (Elsayed et al., 2025). Su scala più ampia, anche i responsabili delle politiche culturali riconoscono il valore dell'accessibilità digitale. Il programma Creative Europe della Commissione Europea ha fatto della transizione digitale e della resilienza una priorità per il 2025 (Creative Europe, 2024).

Anche iniziative come il progetto Smart Culture, finanziato dall'UE, mirano all'uso delle tecnologie digitali per un "accesso sostenibile al patrimonio culturale", sottolineando che la tecnologia può aiutare ad abbattere le barriere alla partecipazione.

Altrettanto importante è il fatto che gli stessi artisti con disabilità stanno guidando l'innovazione digitale nelle arti. Come osserva il produttore artistico Jo Verrent (2019), questi creatori hanno *"sempre ampliato i confini, sfidato gli stereotipi e creato cambiamenti"* e devono essere protagonisti nell'innovazione tecnologica culturale piuttosto che semplici destinatari di soluzioni di accessibilità. L'etica del "niente su di noi senza di noi" sta portando a iniziative collaborative: ad esempio, il CripTech Metaverse Lab 2023 ha riunito artisti con disabilità per sperimentare nuove esperienze artistiche immersive (Gray Area & Leonardo/ISAST, 2023), dimostrando come la co-progettazione con persone con disabilità possa produrre risultati creativi innovativi. Anche i singoli artisti stanno utilizzando i media digitali per esprimere prospettive che potrebbero essere trascurate. Un

esempio significativo è il progetto *Underwater Wheelchair* di Sue Austin, una performance subacquea di un utente su sedia a rotelle che è stata ripresa in formato video a 360° e realtà virtuale, consentendo al pubblico di condividere il suo senso di libertà e sfidando al contempo la propria percezione della disabilità (Verrent, 2019). Questi casi illustrano come l'arte digitale possa avere un impatto sia sulle capacità creative degli artisti con disabilità sia sulla capacità del pubblico di interagire con la loro arte e imparare da essa.

L'arte digitale come pratica creativa accessibile

L'arte digitale offre un kit di strumenti versatile per l'espressione creativa che può essere stimolante per gli artisti con disabilità. A differenza delle forme d'arte tradizionali che possono richiedere capacità motorie fini, mobilità fisica o materiali costosi, molti strumenti di arte digitale sono adattabili alle diverse esigenze. Ad esempio, un artista con mobilità limitata delle mani può dipingere utilizzando un tablet e una penna digitale o persino un software di tracciamento oculare invece di un pennello. Infatti, tecnologie dei sensori accessibili (come puntatori oculari, sensori di movimento o controller VR) hanno aperto nuove strade alle persone con disabilità fisiche o dello sviluppo per creare arte sfruttando le loro capacità esistenti in modi alternativi. Iniziative di ricerca hanno scoperto che dispositivi come Microsoft Kinect, Leap Motion o Tobii EyeX (oculometria) possono consentire l'interazione creativa attraverso gesti, movimenti della testa o sguardo, permettendo agli artisti di dedicarsi a forme d'arte prima irraggiungibili.

Gli strumenti digitali consentono l'introduzione di forme d'arte considerate "ibride" (come le sculture digitali che possono essere stampate in 3D), che arricchiscono il mondo dell'arte con nuove prospettive nate dalle

esperienze di disabilità. Ad esempio, un artista affetto da atrofia muscolare spinale ha riferito che l'uso di un software di modellazione 3D è stata una "grande rivelazione" che gli ha permesso di progettare le opere d'arte su larga scala che immaginava, nonostante le gravi limitazioni motorie (Al-Rashed, 2024). Trasferendo le attività creative nell'ambiente digitale, ha trovato la libertà di produrre sullo schermo intricate sculture a ciclo continuo che sarebbero state impossibili da costruire a mano, sottolineando come la tecnologia possa aiutare gli artisti a superare le barriere fisiche.

È importante sottolineare che le piattaforme digitali contribuiscono anche a rimuovere le tradizionali barriere di **spazio e accesso** nel mondo dell'arte. Le gallerie online, i social media e i mercati NFT consentono agli artisti di esporre e vendere le loro opere a livello globale senza dover viaggiare o recarsi in gallerie fisiche che potrebbero essere inaccessibili. Creando e vendendo opere d'arte sotto forma di file digitali o NFT (token non fungibili), gli artisti con disabilità possono aggirare i gate keeper (qualsiasi attività di regolamentazione all'accesso di una professione in ambito culturale) del mercato dell'arte tradizionale e mantenere un maggiore controllo sul proprio lavoro e sul proprio reddito. Possono evitare di sostenere i costi e le esigenze fisiche legate alla spedizione delle opere d'arte o alla partecipazione di persona alle inaugurazioni: una vendita d'arte online è legittima quanto quella in una galleria tradizionale. Questa liberalizzazione della distribuzione promuove il rispetto delle differenze e può fornire indipendenza economica: gli artisti con disabilità stanno trovando nuove fonti di reddito e ottenendo riconoscimento attraverso l'arte digitale (Getty, 2025).

L'arte digitale può anche essere adattata alle esigenze individuali, il che è fondamentale per gli artisti con disabilità intellettive e/o neurodivergenti. Ad esempio, semplici app creative con interfacce touch-friendly (che facilitano l'interazione diretta con lo schermo), simboli o uscita in voce possono consentire agli artisti di creare opere complesse in modo accessibile e facile. I software di arte interattiva spesso includono funzioni come annulla/ripristina, modelli o suggerimenti di adattamento che riducono la paura di commettere errori e incoraggiano la sperimentazione, favorendo un senso di padronanza e fiducia. Inoltre, la ricerca dimostra che impegnarsi in attività artistiche digitali interattive ha benefici terapeutici e di sviluppo per le persone con disabilità intellettive e dello sviluppo. Albrecht et al. (2021) hanno scoperto che attività come la pittura digitale, l'arte virtuale con la sabbia e i videogiochi basati sull'arte hanno portato a un miglioramento delle funzioni cognitive e dell'interazione sociale nei partecipanti con disabilità intellettive. Il processo di creazione artistica in un ambiente digitale può stimolare la concentrazione, fornire un riscontro sensoriale (attraverso immagini, suoni o lievi vibrazioni) e invitare alla collaborazione sociale: ad esempio, due artisti potrebbero disegnare insieme su un tablet condiviso o aggiungere a turno elementi a una tela digitale. Tali attività favoriscono le capacità di comunicazione e di collaborazione in modo divertente e accessibile.



Figura 18 Una persona seduta alla scrivania che disegna su un tablet con la mano destra mentre scorre le immagini su un portatile in cerca di ispirazione. ©Antoni Shkraba Studio, Pexels

In breve, l'arte digitale è un nuovo ambito in espansione in cui gli artisti possono crescere secondo i propri termini, sperimentare tecniche all'avanguardia e condividere le loro visioni in forme che il mondo è pronto ad accogliere.

Nonostante queste opportunità, sono presenti delle sfide da affrontare. Il divario **digitale** significa che manca un accesso di tutte le persone alla tecnologia o a una connessione Internet. Il divario digitale è un problema che può colpire in modo sproporzionato le persone con disabilità che potrebbero essere in condizioni di svantaggio economico. Ad esempio, un recente sondaggio europeo ha rilevato che l'87% delle persone con disabilità ha utilizzato Internet nell'ultimo anno, rispetto al 95% delle persone senza disabilità (Eurostat, 2024). Inoltre, alcuni strumenti di arte digitale hanno una curva di apprendimento o potrebbero essere senza accessibilità cognitiva. Ad esempio, un programma di modellazione 3D complesso potrebbe essere troppo difficile da usare per alcuni utenti con disabilità intellettiva a causa dei menu e delle interfacce complicati. È

fondamentale che i formatori e i facilitatori selezionino strumenti di facile utilizzo, forniscano tutorial chiari (con esempi visivi o guide all'uso) e siano pronti a offrire supporto individuale o adattamenti. Un'altra sfida è garantire che l'arte creata sia **accessibile al pubblico** con disabilità. Un'opera d'arte digitale interattiva può essere visivamente sbalorditiva, ma se viene esposta senza didascalie, descrizioni audio o formati alternativi, le persone con disabilità uditive o visive (che potrebbero essere gli stessi artisti) potrebbero cogliere il valore solo parzialmente. Pertanto, praticare "l'arte accessibile" - pensare a testi alternativi per le immagini, descrizioni di facile lettura per opere complesse ed elementi multisensoriali - diventa parte delle competenze dell'artista digitale in un ambiente artistico accessibile.

Cultura intelligente e accessibile

La cultura intelligente rappresenta un approccio trasformativo all'integrazione delle tecnologie digitali negli ecosistemi culturali, con l'obiettivo di promuovere l'innovazione, ampliare l'accessibilità e approfondire il coinvolgimento del pubblico. Questo concetto è legato alla visione più ampia delle città intelligenti, dove la cultura è intesa come il motore strategico di coesione sociale, identità urbana e sviluppo equo e accessibile.

La cultura intelligente è centrata su diverse teorie. *Il Creative Placemaking* sottolinea il ruolo delle arti e della cultura nel plasmare il carattere fisico e sociale delle comunità, trasformando gli spazi pubblici in centri culturali. *La Teoria dell'inclusione digitale* sostiene l'accesso equo alle risorse culturali digitali, garantendo che i progressi tecnologici servano da ponte per superare le barriere esistenti. La cultura partecipativa, come articolata da Henry Jenkins (2006), incoraggia il coinvolgimento attivo degli individui

nella creazione e nella diffusione di contenuti culturali, trasformando il pubblico in co-creatore consapevole.

Le opportunità offerte dalla cultura intelligente sono vaste. Tecnologie come la realtà aumentata (AR), la realtà virtuale (VR), le applicazioni mobili e gli archivi digitali migliorano l'accesso ai contenuti culturali, rendendoli più coinvolgenti e disponibili. Questi strumenti consentono di orientare la politica culturale e la pianificazione urbana attraverso decisioni informate e fondate sui dati, permettendo strategie più reattive. Inoltre, la cultura intelligente apre nuove strade per il coinvolgimento del pubblico, promuovendo la co-creazione e le esperienze interattive che ridefiniscono la partecipazione culturale tradizionale.

Tuttavia, questi progressi presentano delle sfide. Il divario digitale rimane una preoccupazione urgente, poiché i gruppi emarginati potrebbero essere privi delle infrastrutture o delle competenze necessarie per partecipare alle iniziative culturali intelligenti. Sorgono anche questioni etiche, in particolare relative alla sorveglianza e alla privacy dei dati, poiché gli spazi culturali diventano sempre più digitalizzati. Inoltre, c'è il rischio che i sistemi algoritmici possano uniformare l'espressione culturale, privilegiando le narrazioni mainstream ed emarginando le voci diverse o poco convenzionali. Gli esempi utilizzati in questo modulo includono strumenti digitali sviluppati all'interno del WP3, come l'app Cultural Trails, lo strumento 3D Comic Creator e la raccolta di strumenti di arte digitale per migliorare l'accessibilità e la partecipazione creativa.

Attività suggerite

Attività n. 1: Jam session di arte digitale

Scopo: esplorare strumenti accessibili per la creazione di arte digitale e incoraggiare l'espressione creativa di tutti i partecipanti.
Metodo: attività individuale (con possibilità di condivisione al termine). Ogni partecipante crea una semplice opera d'arte utilizzando un app o uno strumento digitale (ad esempio una tavoletta grafica, un app di pittura touchscreen o un collage maker online).
Durata: 45 minuti (30 minuti per la creazione dell'opera d'arte, 15 minuti facoltativi per la presentazione).
Materiali: tablet o computer con un app artistica di facile utilizzo (come Tux Paint, Procreate, Kleki o Microsoft Paint 3D). Se disponibili, dovrebbero essere forniti dispositivi adattati come penne touch, puntatori a testa o dispositivi di tracciamento oculare per coloro che ne hanno bisogno.
Istruzioni:

- **Fase 1**: prima di iniziare, presentare lo strumento con una breve dimostrazione: mostrare come selezionare i colori, utilizzare la funzione "annulla", aggiungere immagini, ecc. Sottolineare che non esiste un modo "giusto o sbagliato" di creare arte. Incoraggiare i partecipanti a sperimentare le varie funzioni (ad esempio, utilizzando timbri, modificando le dimensioni dei pennelli o aggiungendo testo/audio). Se un partecipante è insicuro o ha difficoltà, affiancarlo a un compagno o a un membro dello staff di supporto per collaborare.
- **Fase 2:** Chiedere a ciascun partecipante di creare una semplice opera d'arte. Durante la creazione, girate tra i partecipanti per assisterli e lodare i loro sforzi.

- **Fase 3**: organizzare una sessione informale di condivisione: i partecipanti possono mostrare il proprio dispositivo o condividere lo schermo per mostrare la propria opera d'arte e dire qualche parola al riguardo (con assistenza, se necessario). In qualità di formatore, dare l'esempio con commenti positivi e invitare il gruppo ad applaudire ogni creazione. Questa attività sviluppa le competenze digitali e aiuta i partecipanti ad acquisire sicurezza nell'esprimersi attraverso la tecnologia.

Attività n. 2: Mappa dell'esperienza culturale intelligente

Scopo: esplorare come le tecnologie intelligenti influenzano le esperienze culturali negli ambienti dei partecipanti e riflettere su innovazione e accessibilità.
Metodo: riflessione individuale seguita da mappatura collaborativa e discussione di gruppo (di persona o online).
Durata: 45-60 minuti.
Materiali: strumenti per la mappatura concettuale (carta, pennarelli o piattaforme digitali come Miro, Padlet, ecc.); accesso ai dati culturali locali (opzionale: siti web di musei, centri culturali, dashboard delle smart city); fogli di lavoro con domande guida (ad esempio, "Dove incontri la cultura smart?", "Chi ne beneficia?", "Quali barriere esistono?").
Istruzioni:

- **Fase 1 Mappatura individuale** (20 min): invitare ogni partecipante a creare una mappa visiva delle esperienze culturali smart nella propria città o regione. Queste possono includere installazioni AR/VR nei musei, arte pubblica interattiva, app mobili per eventi culturali, segnaletica smart o guide multilingue e strumenti di pianificazione culturale basati sui dati.

- **Fase 2 Condivisione di gruppo** (20 min): in piccoli gruppi, i partecipanti presentano le loro mappe e discutono:
  - Quali sono le tecnologie più diffuse?
  - Chi è incluso o escluso da queste esperienze?
  - Quali opportunità di innovazione o miglioramento esistono?
- **Fase 3 Debriefing e riflessione** (15-20 min): Facilitate una discussione plenaria, incoraggiando i partecipanti a riflettere su:
  - Come rendere la cultura smart più accessibile.
  - Quali considerazioni etiche dovrebbero guidare lo sviluppo.
  - Come gli artisti giovani o emarginati possono interagire con gli strumenti culturali intelligenti.

Attività n. 3: Gioco di ruolo sul dilemma etico – Cultura smart negli spazi pubblici

Scopo: esaminare le implicazioni etiche delle tecnologie intelligenti utilizzate in contesti culturali, come la sorveglianza, la raccolta di dati e la curatela algoritmica.
Metodo: gioco di ruolo in piccoli gruppi seguito da una discussione plenaria guidata (in presenza o online).
Durata: 60 minuti.
Materiali: Schede con scenari (stampate o digitali); fogli con i ruoli (ad es. artista, urbanista, attivista, sviluppatore tecnologico); strumenti di collaborazione digitale (Zoom breakout rooms, Miro, Google Docs).
Istruzioni:

- **Fase 1 Assegnazione dello scenario** (10 min): ogni gruppo riceve uno scenario che coinvolge un'iniziativa culturale intelligente (ad esempio, riconoscimento facciale in un museo, arte pubblica curata dall'intelligenza artificiale, finanziamento culturale basato sui dati).

- **Fase 2 Gioco di ruolo** (30 min) I partecipanti assumono i ruoli e discutono lo scenario dalle prospettive loro assegnate. Devono considerare gli impatti etici, sociali e culturali.
- **Fase 3 Debriefing** (20 min): ogni gruppo presenta le proprie conclusioni in una discussione plenaria. Il formatore facilita una discussione su:
  - Quali voci vengono privilegiate o messe a tacere?
  - Quali misure di tutela sono necessarie?
  - Come può la cultura intelligente essere sia innovativa che etica?

Impatto delle competenze apprese

L'applicazione dei contenuti di questo modulo nella vostra pratica sosterrà la crescita delle **competenze** dei giovani artisti con disabilità intellettiva e/o neurodivergenti. In linea con il quadro delle competenze ArtisticMinds, che collega i risultati di apprendimento di ogni modulo a competenze e comportamenti tangibili, ecco alcune aree di impatto su cui concentrarsi che illustrano i cambiamenti attesi e come poterli facilitare.

Area dell'espressione creativa digitale e comunicazione

- **Cosa cambia**: gli artisti scoprono nuovi modi per esprimersi utilizzando strumenti digitali (ad esempio, disegno, musica, avatar), utili per coloro che hanno una comunicazione verbale o scritta limitata.
- **Perché è importante**: convalida la loro identità di artisti, rafforza la fiducia in sé stessi e colma le lacune comunicative con i coetanei e il pubblico.
- **Come implementarlo**: offrite strumenti digitali diversificati, incoraggiate il "mostrare e raccontare" e supportate la comunicazione con immagini, simboli o audio, se necessario.

Area di competenza tecnologica e consapevolezza dell'accessibilità

- **Cosa cambia**: gli artisti acquisiscono sicurezza nell'uso della tecnologia e notano cosa rende gli strumenti digitali accessibili o meno.
- **Perché è importante**: sviluppa l'alfabetizzazione digitale per la vita quotidiana, migliora l'indipendenza e promuove l'auto-tutela.
- **Come implementarlo**: iniziate con compiti semplici, utilizzate routine e coinvolgete gli studenti nell'adattamento o nella valutazione delle funzioni di accessibilità.

Area della collaborazione, partecipazione sociale e culturale

- **Cosa cambia**: attraverso progetti di gruppo, gli artisti sviluppano capacità di lavoro di squadra e assumono ruoli attivi negli spazi culturali.
- **Perché è importante**: riduce l'isolamento, favorisce il senso di appartenenza e promuove la partecipazione paritaria alla comunità e agli eventi di arte digitale.
- **Come implementarlo**: pianificare attività di gruppo regolari, assegnare ruoli a rotazione, sostenere l'insegnamento tra pari e condividere il loro lavoro collaborativo.

Area della fiducia, autonomia e apprendimento permanente

- **Cosa cambia**: gli artisti diventano più autonomi, resilienti e curiosi di esplorare strumenti creativi.
- **Perché è importante**: incoraggia la crescita personale, il processo decisionale e il trasferimento della fiducia in altri ambiti della vita.
- **Come implementarlo**: strutturate i compiti, consentite il fallimento sicuro, lodate l'impegno e la creatività coinvolgendo gli artisti nel tutoraggio degli altri quando sono pronti.

Risorse aggiuntive

- Becky Tyler: "This Is What I See" (BBC Stories): Un'artista digitale con paralisi cerebrale quadriplegica mostra come crea dipinti utilizzando solo i suoi occhi. Il video esplora il suo processo creativo, gli strumenti tecnologici e come l'arte digitale le consenta di esprimersi.

Riferimenti

- Albrecht, L., Starnes, H., Benton, K., Bol, A., Gettings, E. e Dagenhard-Trainer, P. (2021). *Arte digitale interattiva per persone con disabilità intellettive.* Journal of Intellectual Disabilities, 25(4), 597–613.
- ARC (2024). *Arte digitale: dove le persone con disabilità fisiche possono prosperare*. Blog ART.
- Europa creativa. (23 settembre 2024). *Europa creativa nel 2025: focus sulla transizione verde e digitale, sul rafforzamento della resilienza sociale ed economica*. Commissione europea – Cultura e creatività.
- Elsayed, A. H. I., Hussain, M. A. M., Mohamed, Y. M. F. e Muslim, K. E. S. (2025). *Migliorare l'accessibilità culturale per gli ipovedenti attraverso un sistema museale intelligente: un modello interattivo a doppia componente*. Rivista elettronica SSRN.
- Eurostat. (2024). *Statistiche sulla disabilità – accesso alle tecnologie dell'informazione e della comunicazione*. In Statistics Explained (Dati estratti nel dicembre 2024).
- FT Strategies. (2025). *Il futuro digitale del settore artistico e culturale*.
- Getty, K. (11 aprile 2025). *Il potenziale dell'arte digitale e degli NFT per gli artisti disabili nel mercato commerciale*. The Arts 2 Inclusion.

Co-funded by the European Union

- Gray Area & Leonardo/ISAST. (1 agosto 2023). *CripTech Metaverse Lab coinvolge creatori disabili nella prototipazione del futuro delle tecnologie immersive*. Gray Area Institute.
- Jenkins, H. (2006). *Cultura della convergenza: dove i vecchi e i nuovi media si scontrano*. New York University Press.
- Markusen, A., & Gadwa, A. (2010). *Creative placemaking. National Endowment for the Arts*.
- SmartCulture Project Consortium (2015). *Smart Culture – Accesso sostenibile al patrimonio culturale attraverso le tecnologie digitali* (Progetto UE FP7 n. 319987). CORDIS – Risultati della ricerca UE
- Verrent, J. (5 febbraio 2019). *Disabilità, digitale e rivoluzione: assaporare i suoni, sentire le stelle, toccare i pesci – come gli artisti con disabilità stanno reinventando l'arte e la tecnologia*. Immerse (Medium).

Domande di valutazione

In questa sezione troverai cinque domande per aiutarti a verificare ciò che hai imparato in questo capitolo. Ogni domanda ha una sola risposta corretta. Le risposte sono disponibili alla fine dell'e-book.

1. Le piattaforme di arte digitale possono aiutare a rimuovere le barriere fisiche per gli artisti disabili, consentendo loro di raggiungere un pubblico più ampio.

- Vero
- Falso

2. La realtà virtuale, la realtà aumentata e l'intelligenza artificiale possono contribuire a rendere l'arte e la cultura più accessibili e inclusive per le persone con disabilità.

- Vero
- Falso

3. Le nuove tecnologie dei sensori (come i puntatori oculari o i sensori di movimento) possono consentire:
   - Agli artisti con mobilità limitata di dedicarsi ad attività creative come il disegno o la scultura digitale
   - Solo giochi di realtà virtuale e non la creazione artistica
   - Una creazione artistica completamente automatica senza alcun contributo da parte dell'artista

4. Qual è un principio chiave dell'inclusione digitale nella cultura smart?
   - Fornire accesso esclusivo agli utenti esperti di tecnologia
   - Garantire un accesso equo agli strumenti culturali digitali
   - Limitare i contenuti al pubblico mainstream

5. Quale concetto incoraggia gli utenti a contribuire attivamente alla produzione culturale?
   - Il consumo passivo
   - Cultura partecipativa
   - Elitarismo culturale

Artistic Minds

Modulo 13

Fototerapia

Modulo 13: Fototerapia

Obiettivi di apprendimento

Questo modulo esplora la fototerapia come pratica terapeutica creativa distintiva che utilizza la fotografia, la riflessione e la contemplazione per favorire la crescita personale e il benessere emotivo.

Partecipando al seguente modulo, sarai capace di:

- **Distinguere** tra fototerapia e altre terapie creative, identificando il ruolo specifico della riflessione, delle immagini fisse e della contemplazione nella guarigione personale
- **Facilitare** attività di dialogo fotografico che supportano lo sviluppo dell'identità, la regolazione emotiva e l'espressione di sé in giovani artisti con disabilità intellettiva e/o neurodivergenti
- **Progettare** sessioni di fototerapia accessibili che enfatizzano la comunicazione concreta e il riconoscimento dei partecipanti, incoraggiando l'autonomia e l'azione artistica
- **Spiegare** i fondamenti teorici della fototerapia come metodo che utilizza la fotografia per esplorare la memoria, l'identità e l'esperienza emotiva, facendo riferimento ai contributi di Judy Weiser e Jo Spence.

Descrizione dei contenuti: opportunità e sfide

Fototerapia: l'immagine come specchio dell'anima

Secondo Judy Weiser (1999), pioniera di questo approccio, le fotografie sono "mappe emotive del nostro mondo interiore". Esse consentono alle persone di accedere ai ricordi, alle relazioni e agli aspetti inconsci della nostra identità, offrendo una visione esterna ma intima (Weiser, 2004).

Co-funded by the European Union

Guardare una fotografia significa confrontarsi con il tempo, la perdita e il cambiamento. In terapia, le immagini aiutano le persone ad affrontare il dolore, le transizioni e i momenti di crisi attraverso un linguaggio non verbale profondamente emotivo (McDougall, 2019).

L'autoritratto come atto di presenza

L'autoritratto consapevole è una delle pratiche centrali della fototerapia e costituisce un atto di verità (Ziller, 1990). Davanti alla macchina fotografica, la persona si espone, sceglie e riconosce sé stessa. Un esempio di questa pratica è fornito da Jo Spence, nel suo *Putting Myself in the Picture* (1986), che ha documentato la propria malattia, trasformando la vulnerabilità in potere. Attraverso l'autoritratto, la persona ricostruisce la propria immagine e si riappropria del proprio corpo.

Durante i laboratori di fototerapia, i partecipanti portano foto personali, di famiglia o dell'infanzia, o immagini di luoghi significativi, e condividono le loro storie. Ogni foto diventa un oggetto simbolico e funge da ponte tra il passato e il presente.

Sebbene lavori con immagini fisse, la fototerapia è profondamente fisica. Ogni posa, sguardo o gesto catturato da una fotografia è un atto fisico e identitario. La fototerapia può essere vista come una sorta di *terapia drammatica silenziosa*, dove la luce sostituisce il palcoscenico e l'obiettivo diventa lo sguardo dell'altro (Heenan, 2006). Guardare la propria fotografia attiva un processo simile a una performance: l'immagine permette di vedere, riconoscere e assolvere sé stessi. Mentre la drammaterapia lavora con immagini in movimento, la fototerapia si concentra su immagini fisse: una rappresenta mentre l'altra conserva, offrendo un percorso completo di conoscenza di sé e trasformazione. Mentre il teatro guarisce attraverso l'azione, la fotografia guarisce attraverso la contemplazione.

La drammaterapia e la fototerapia, pur utilizzando strumenti diversi, condividono la stessa radice: l'arte come guarigione e come conoscenza di sé, sia di sé stessi che degli altri (Entin & Weiser, 2001). Attraverso il corpo e l'immagine, gli esseri umani trovano nuovi linguaggi per esprimere la loro esperienza di vita. Il corpo che racconta e l'immagine che riflette sono due dimensioni di un unico viaggio verso la consapevolezza. In una società sempre più digitale e frammentata, queste pratiche ripristinano la profondità e la presenza, offrendo spazi di umanità condivisa e di ascolto in grado di guarire, educare e trasformare.

Applicazioni pratiche della fototerapia

Secondo Judy Weiser (1999), la fototerapia è uno strumento per stabilire una connessione profonda tra la memoria e la percezione presente di sé. Il valore terapeutico della fotografia risiede nell'immagine e nel dialogo che questa attiva tra l'osservatore e l'osservato, tra il soggetto e la sua rappresentazione, tra il passato e il presente. L'immagine diventa una "traccia vivente" che conserva emozioni e narrazioni e può essere utilizzata per reinterpretare la propria esperienza di vita. Una delle applicazioni più diffuse è quella del foto-dialogo, in cui il professionista invita la persona a selezionare alcune fotografie personali e a parlare di ciò che esse evocano. La storia che ne risulta è una vera e propria rielaborazione narrativa piuttosto che un semplice ricordo cronologico: attraverso parole e immagini, il soggetto ricompone frammenti di identità che la memoria emotiva aveva disperso.

In ambito educativo e relazionale, questa metodologia è efficace con adolescenti e giovani adulti, fasce d'età in cui la costruzione dell'immagine di sé è un processo fragile e in costante evoluzione (Wilson, 2012). Guardare le fotografie di sé stessi scattate in diversi momenti della vita

aiuta a riconoscere la continuità e l'evoluzione della propria identità. In un laboratorio condotto in un centro giovanile di Vancouver (Weiser, 1999), i partecipanti hanno esplorato i loro autoritratti adolescenziali, confrontandoli con immagini recenti. Il confronto ha stimolato riflessioni sulla crescita personale, la percezione del corpo e le relazioni con gli altri, dimostrando come le immagini possano agire come uno specchio trasformativo.

In ambito clinico, la fototerapia viene utilizzata in contesti di elaborazione del trauma, lutto e disturbi dell'immagine corporea. Per le persone che hanno subito un trauma, osservare e interpretare una fotografia significativa può diventare un modo per contestualizzare il dolore all'interno di un quadro narrativo più ampio. Weiser descrive, ad esempio, il caso di una paziente che ha portato in terapia una fotografia della sua infanzia: solo dopo diverse sedute è stata in grado di notare i dettagli della scena - lo sguardo distante di suo padre, la rigidità del proprio corpo - come segni di un dolore familiare represso. Lavorare sull'immagine le ha permesso di esprimere le emozioni represse e di iniziare un processo di integrazione.

L'uso terapeutico delle fotografie è stato ripreso anche da Jo Spence, che considerava la macchina fotografica un "alleato politico e psicologico" (Spence, 1986). Attraverso la messa in scena e la rielaborazione visiva di sé, l'individuo rilegge e trasforma la propria storia ricostruendo il proprio potere personale.

Questa visione, condivisa da Weiser, sottolinea che la fotografia costruisce significato: ogni immagine è un atto di scelta e di posizione rispetto al mondo.

Fototerapia e contesti sociali contemporanei

Negli ultimi anni, la fototerapia ha trovato applicazione anche in contesti sociali e comunitari. Progetti fotografici partecipativi, come quelli basati sulla metodologia PhotoVoice (1994) o l'Inside Out Project (2011), hanno dimostrato che la fotografia può diventare uno strumento di partecipazione e coesione sociale (Hall, 2017). L'approccio di Weiser ha ispirato programmi di sostegno psicologico per rifugiati, vittime di violenza di genere e senzatetto, in cui la fotografia viene utilizzata per ricostruire un senso di identità e appartenenza. In uno di questi progetti, condotto a Toronto nel 2015, le partecipanti (donne che avevano subito violenza domestica) hanno creato serie fotografiche autobiografiche. Attraverso la condivisione e la discussione delle immagini, è stato creato uno spazio di riconoscimento reciproco: le fotografie erano testimonianze di dolore, ma anche atti di resistenza e rinascita.

L'efficacia della fototerapia in tali contesti consiste nel rendere visibile ciò che è stato messo a tacere, restituendo voce e dignità a coloro che, nella loro esperienza, si sono sentiti invisibili. La fotografia permette di oggettivare le nostre esperienze, di guardarle da lontano e, quindi, di trasformarle. Come scrive Weiser (1999), "le immagini sono le nostre parole più antiche": precedono il linguaggio e utilizzano un codice universale, capace di unire le persone al di là delle barriere culturali o linguistiche. Per questo motivo, la fototerapia oggi rappresenta una tecnica terapeutica che fa da ponte tra psicologia, arte e attivismo sociale (Nota et al., 2007). Nel dialogo tra visione e narrazione, la fotografia continua a ricordarci che ogni immagine è una storia che aspetta di essere raccontata.

Sfide

Il potere della fototerapia comporta anche diverse sfide importanti che i professionisti devono affrontare con attenzione. Le fotografie personali possono suscitare forti emozioni e talvolta risvegliare traumi passati, soprattutto quando ritraggono periodi vulnerabili, relazioni familiari complesse o esperienze irrisolte. Ciò rende essenziale creare ambienti sicuri e ben strutturati in cui le reazioni emotive possano essere contenute ed esplorate senza sopraffare il partecipante (Weiser, 1999). Le considerazioni etiche sono altrettanto centrali: le fotografie coinvolgono persone reali, contesti reali e dinamiche intime, il che significa che le questioni relative al consenso, alla privacy, alla paternità dell'opera e alla circolazione delle immagini richiedono accordi chiari e una gestione responsabile (Entin & Weiser, 2001).

Un'altra sfida riguarda l'interpretazione. Alcuni partecipanti, in particolare le persone con disabilità intellettive e/o neurodivergenti, possono avere difficoltà a interagire con le dimensioni simboliche o metaforiche delle immagini, il che può limitare un'esplorazione narrativa più approfondita. Per questo motivo, i facilitatori devono mantenere le riflessioni concrete, strutturate e accessibili, aiutando i partecipanti a costruire un significato senza imporre livelli astratti con cui potrebbero sentirsi distanti (Wehmeyer, 2013). Allo stesso modo, l'autoritratto può essere un'arma a doppio taglio: se da un lato può favorire la crescita personale e l'auto-riconoscimento, dall'altro può provocare disagio, vergogna o percezioni negative del proprio corpo, soprattutto tra gli adolescenti e i giovani adulti (Wilson, 2012).

Anche i fattori culturali influenzano il modo in cui le immagini vengono create, interpretate e condivise. In alcune comunità, la fotografia è vissuta

come uno strumento liberatorio per la visibilità e l'espressione, mentre in altre può essere percepita come invadente, espulsiva o socialmente rischiosa (Parr, 2006). Essere sensibili a queste dinamiche culturali è fondamentale per evitare di rafforzare gli squilibri di potere o di mettere in modo involontario i partecipanti in posizioni scomode. Infine, la fototerapia richiede una combinazione di competenze artistiche, relazionali e terapeutiche: guidare un processo fotografico mantenendo la sicurezza emotiva richiede sia consapevolezza tecnica che intuito psicologico. Un ulteriore rischio risiede nell'interpretare le immagini attribuendo significati che riflettono le supposizioni del facilitatore piuttosto che l'esperienza vissuta dal partecipante. L'obiettivo principale della fototerapia è aiutare le persone a scoprire i propri significati senza imporre una narrazione predeterminata.

Attività suggerite

Le seguenti attività sono state progettate specificamente per gli esperti CCS e i professionisti MH, ponendo l'accento sull'accessibilità, il coinvolgimento multisensoriale e le esperienze concrete.

Attività n. 1: Mappatura emotiva basata sulle foto

Scopo: introdurre i partecipanti alla fototerapia come strumento per identificare le emozioni, costruire empatia e avviare conversazioni riflessive. Basata sulla teoria della fototerapia, l'attività pone l'accento sulle tecniche proiettive, in cui le foto vengono utilizzate per esprimere in modo simbolico gli stati interiori.
Metodo: attività individuale, seguita da una condivisione facoltativa in piccoli gruppi (in presenza).
Durata: 45-60 minuti.

Materiali: Set stampato o digitale di immagini diverse che lasciano emotivamente indifferenti emozioni particolari (natura, oggetti, scene di vita quotidiana).

Istruzioni:

- **Fase 1 Riscaldamento (5 min):** i partecipanti discutono di come le immagini possano influenzare l'umore o la memoria
- **Fase 2 Selezione delle immagini (5 min):** fornire 20-30 foto e chiedere a ciascun partecipante di selezionarne due:
    - Una che rappresenti come si sentono oggi
    - Una che rappresenti come vorrebbero sentirsi
- **Fase 3 Discussione a coppie (15 min):** A coppie, i partecipanti condividono il motivo per cui hanno scelto le loro immagini, riflettendo sulle emozioni, le associazioni e il simbolismo
- **Fase 4 Riflessione di gruppo (15-20 min):**
    - In che modo questa attività potrebbe favorire l'espressione emotiva e l'autoriflessione?
    - Quali considerazioni etiche sorgono quando utilizziamo le emozioni personali nelle foto?
- **Fase 5 Debriefing (5 min):** Sottolineare come la proiezione emotiva sulle immagini faciliti un'espressione di sé più sicura.



Figura 19 Un gruppo di persone che partecipano all'attività di fototerapia n. 1, con in mano foto di paesaggi naturali e fiori. Immagine generata dall'intelligenza artificiale - Midjourney v5, 2025

Attività n. 2: Sequenza narrativa fotografica per la narrazione creativa e culturale

Scopo: aiutare i professionisti CCS e MH a esercitarsi nell'uso di sequenze di immagini per esplorare narrazioni personali, culturali e creative, favorendo sia l'espressione emotiva che la riflessione sull'identità culturale.

Metodo: attività individuale e di gruppo.

Durata: 45-60 minuti.

Materiali: Una serie diversificata di foto, che includono simboli culturali, arte, artigianato, rituali, scene creative, vita quotidiana e concetti astratti.

Istruzioni:

- **Fase 1 Introduzione (5 min):** spiegare come le sequenze fotografiche possono aiutarci ad articolare storie di identità culturale, appartenenza creativa, sfide e trasformazioni
- **Fase 2 Compito di sequenziamento delle immagini (10 min)**: i partecipanti selezionano tre foto per creare:
    - Una storia di sfida culturale/creativa (un ostacolo nell'identità, nell'espressione o nell'ambiente sociale)

    - Una storia di guarigione creativa (trasformazione attraverso l'arte, la cultura o la comunità)
- **Fase 3 Condivisione in piccoli gruppi (15 min):** in piccoli gruppi, i partecipanti condividono le loro storie concentrandosi su:
    - Il simbolismo culturale all'interno delle immagini
    - Significati creativi (metafore artistiche, scelte estetiche)
    - Livelli emotivi
    - Possibili intuizioni relative alla salute mentale (capacità di affrontare le difficoltà, identità, resilienza)
- **Fase 4 Discussione sullo sviluppo delle competenze (10-15 min)** usando le seguenti domande:
    - In che modo questa attività può rafforzare l'orgoglio culturale e la capacità creativa?
    - In che modo l'uso di immagini culturali aiuta a esternare il trauma in modo sicuro?
    - Quali adattamenti potrebbero aiutare i giovani artisti con disabilità intellettive e/o neurodivergenti?
    - In che modo gli esperti CCS potrebbero utilizzare questo metodo per stimolare la narrazione culturale nelle comunità?
- **Fase 5 Conclusione (5 min):** sottolineare come la fototerapia sostenga l'identità creativa, il radicamento culturale e il benessere emotivo.

Impatto delle competenze apprese

La fototerapia offre applicazioni di valore unico per i giovani artisti con disabilità intellettiva e/o neurodivergenti, rispondendo sia alle esigenze terapeutiche che allo sviluppo artistico attraverso un mezzo accessibile, concreto e coinvolgente. Comprendere questi impatti sulla pratica

Co-funded by the European Union

creativa dei giovani artisti significa riconoscere come la fotografia possa fungere sia da strumento terapeutico che da autentica pratica artistica.

Accessibilità e comunicazione concreta

La ricerca dimostra che le persone con disabilità intellettive traggono beneficio da approcci di apprendimento concreti e visivi che riducono al minimo la dipendenza dall'elaborazione verbale astratta (Wehmeyer, 2013). La fotografia fornisce proprio questo tipo di mezzo concreto, creando rappresentazioni visive tangibili di esperienze, relazioni, emozioni e identità che possono essere viste, manipolate, rivisitate e condivise.

Sviluppo dell'identità e concetto di sé

I giovani con disabilità intellettive e/o neurodivergenti spesso affrontano sfide significative nello sviluppo dell'identità, poiché le risposte della società alla disabilità possono interferire con il normale processo di formazione di un concetto di sé autonomo e positivo (Nota et al., 2007). La fototerapia affronta queste sfide posizionando i giovani artisti come autori e soggetti delle loro narrazioni visive.

Espressione e regolazione emotiva

L'alfabetizzazione emotiva e la regolazione delle emozioni sono aree di sfida significativa per molti giovani con disabilità intellettiva e/o neurodiversità. La ricerca di Heenan (2006) ha esaminato l'uso della fotografia per l'espressione emotiva negli adulti con disabilità intellettiva, scoprendo che i partecipanti hanno utilizzato con successo la fotografia per comunicare sentimenti ed esperienze faticose da esprimere a parole.

Connessione sociale e comunicazione

Le relazioni sociali sono essenziali per il benessere durante tutto l'arco della vita, ma i giovani con disabilità intellettive spesso sperimentano

isolamento sociale, reti di amicizie limitate e ridotte opportunità di connessione sociale significativa (Hall, 2017). La fototerapia può sostenere la coesione sociale in diversi modi, sia attraverso le relazioni sviluppate in contesti terapeutici, sia attraverso la capacità della fotografia di facilitare la comunicazione e la condivisione di esperienze.

Sviluppo delle competenze in un contesto artistico

Un vantaggio distintivo della fototerapia per i giovani artisti con disabilità intellettive è la sua doppia identità di intervento terapeutico e pratica artistica autentica. Questo posizionamento consente ai giovani artisti con disabilità intellettive di sviluppare la propria identità come artisti e professionisti creativi, oltre che come individui destinatari di terapia o servizi.

Risorse aggiuntive

- "La fotografia come strumento di benessere per i consulenti in formazione" (documento di ricerca): documento che esamina come i metodi basati sulla fotografia supportino l'espressione, la formazione dell'identità e il benessere in contesti educativi/formativi.
- Fototerapia e fotografia terapeutica nell'era digitale (libro): libro che fornisce una panoramica completa delle teorie e delle tecniche della fototerapia e della fotografia terapeutica, compresi l'autoritratto e il lavoro sull'immagine riflessiva.

Riferimenti

- Aldridge, J. (dicembre 2006). *Immaginate questo: l'uso di metodi di ricerca fotografica partecipativa con persone con difficoltà di apprendimento*. Disability & Society, 22(1), 1-17.

- Entin, A. D., & Weiser, J. (2001). *Fototerapia e arteterapia: punti di forza, somiglianze e differenze*. The Arts in Psychotherapy, 28(3), 177–187.
- Hall, S. A. (settembre 2017). *Coinvolgimento nella comunità dei giovani adulti con disabilità intellettive: le loro esperienze e prospettive sull'inclusione*. Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities, 30(6), 859–871.
- Heenan, D. (2006). *L'arte come terapia: un modo efficace per promuovere la salute mentale positiva?* Disabilità e società, 21(2), 179–191.
- McDougall, C. (2019). *Fotografia terapeutica: migliorare l'autostima, l'autoefficacia e la resilienza attraverso la pratica fotografica.* Routledge.
- Nota, L., Ferrari, L., Soresi, S., & Wehmeyer, M. (giugno 2007). *Autodeterminazione, abilità sociali e qualità della vita delle persone con disabilità intellettiva*. Journal of Intellectual Disability Research, 51(11), 850–865.
- Parr, H. (2006). *Salute mentale, arte e appartenenza*. Transactions of the Institute of British Geographers, 31(2), 150–166.
- Wehmeyer, M. L. (Ed.). (2013). *Il manuale Oxford di psicologia positiva e* disabilità. Oxford University Press.
- Weiser, J. (1999). *Tecniche di fototerapia: alla scoperta dei segreti delle istantanee personali e degli album di famiglia*. Routledge.
- Weiser, J. (2004). *Tecniche di fototerapia nella consulenza e nella terapia: utilizzare normali istantanee e interazioni fotografiche per aiutare i clienti a guarire le loro vite*. Canadian Art Therapy Association Journal, 17(2), 23–41.

Co-funded by the European Union

- Wilson, S. (2012). *L'uso delle fotografie nella terapia: una guida per i professionisti.* Routledge.
- Ziller, R. C. (1990). *Rappresentazioni fotografiche di sé e dell'identità.* Journal of Personality Assessment, 54(1–2), 120–135.

Domande di valutazione

In questa sezione troverete cinque domande per aiutarvi a verificare ciò che avete imparato in questo capitolo. Ogni domanda ha una sola risposta corretta. Le risposte sono disponibili alla fine dell'e-book.

1. La fototerapia utilizza la fotografia per esplorare emozioni, ricordi e identità.
   - VERO
   - FALSO

2. Nella fototerapia, la fotografia guarisce attraverso l'azione piuttosto che attraverso la riflessione.
   - VERO
   - FALSO

3. Qual è lo scopo dell'autoritratto nella fototerapia?
   - Promuovere la vanità
   - Per imparare le tecniche fotografiche
   - Ricostruire l'immagine di sé e l'identità

4. Quale di queste frasi descrive meglio una sessione di "foto-dialogo"?
   - Un dibattito su foto famose
   - Parlare di foto personali per evocare ricordi
   - Modificare le immagini digitali in modo creativo

5. Cosa distingue la fototerapia dalla drammaterapia?

Co-funded by the European Union

- Utilizza immagini fisse per la riflessione
- Si concentra sulla performance
- Esclude il contenuto emotivo

Artistic Minds

Modulo 14

Danzaterapia

MODULO 14: DANZATERAPIA

Obiettivi di apprendimento

La danzaterapia integra movimento, emozione ed espressione creativa come strumenti essenziali per promuovere il benessere, la comunicazione e il rispetto delle differenze. Questo modulo introduce i principi fondamentali della danza movimento terapia (DMT) e spiega come le pratiche corporee possano supportare i giovani artisti con disabilità intellettive e/o neurodivergenti. Fornisce una base teorica e pratica per i professionisti che desiderano integrare nelle loro proposte strategie significative e accessibili basate sul movimento.

Partecipando al seguente modulo, sarai capace di:

- **Riconoscere** la danza e il movimento come strumenti per promuovere la comunicazione, l'espressione di sé e l'equilibrio emotivo nei i giovani artisti
- **Comprendere** le basi teoriche e pratiche della danza terapia come approccio che integra lo sviluppo fisico, cognitivo ed emotivo
- **Imparare** ad applicare strategie basate sul movimento per facilitare la partecipazione creativa, l'empatia e il benessere in contesti individuali e di gruppo
- **Essere consapevoli** di come progettare sessioni accessibili basate sulla danza adatte a partecipanti diversi, enfatizzando la sicurezza, la fiducia e la connessione emotiva
- **Riflettere** su come i principi della danza terapia possano migliorare la propria pratica professionale e contribuire a creare ambienti culturali e educativi accessibili.

Co-funded by the European Union

Descrizione dei contenuti: opportunità e sfide

La danzaterapia o Dance Movement Therapy (DMT), è una modalità psicoterapeutica che utilizza il movimento come strumento per l'espressione emotiva, la consapevolezza corporea, lo sviluppo cognitivo e la coesione sociale. L'idea centrale è che il corpo e la mente sono inseparabili e che i modi di muovere il corpo o riflettono, sostengono e trasformano gli stati psicologici. Questo principio fondamentale, riconosciuto nella letteratura sulla DMT, afferma che ogni movimento trasmette aspetti dell'identità, delle emozioni e della storia relazionale (Chaiklin & Wengrower, 2015). Anziché trattare il corpo come separato dall'esperienza psicologica, la DMT intende il movimento sia come linguaggio espressivo sia come percorso terapeutico attraverso il quale i partecipanti possono accedere a livelli più profondi di materiale emotivo.

La nascita della DMT è stata influenzata da pionieri come Marian Chace negli Stati Uniti, María Fux in Argentina e Trudi Schoop in Germania e Svizzera. Ognuno di loro ha apportato una visione unica al campo: Chace ha enfatizzato la coesione di gruppo e la sincronia ritmica come meccanismi terapeutici; Schoop ha messo in primo piano l'umorismo, il gioco e l'esplorazione del carattere; e Fux (1998) ha sostenuto l'autenticità espressiva di tutti i corpi, nonostante dalla disabilità o dalla limitazione fisica. Il lavoro di Fux rimane un punto di riferimento della danza terapia rispettosa delle differenze, sottolineando che la creatività è un diritto umano, accessibile attraverso un coinvolgimento genuino con il proprio vocabolario di movimento.

La DMT contemporanea integra i risultati della neuroscienza, della psicologia somatica, degli studi sulla disabilità e della pratica informata sul trauma. La ricerca dimostra che il movimento attiva le reti neurali

associate a regolazione emotiva, empatia, integrazione sensoriale e consolidamento della memoria (Koch & Fischman, 2023). La DMT promuove l'autodeterminazione e la qualità della vita sfruttando il movimento per costruire abilità sociali e autonomia (Nota et al., 2007). Per le persone con disabilità intellettive e/o neurodivergenti, che possono fare maggiore affidamento sulla comunicazione sensoriale o non verbale, la DMT offre una modalità accessibile unica che onora il loro modo corporeo di vivere e interagire con il mondo (Papadopoulos & Smith, 2024).

Il movimento come canale di espressione e regolazione emotiva

La danza terapia considera il movimento come un canale primario per l'espressione emotiva. Poiché le emozioni sono radicate in modelli fisiologici e cinestetici, il movimento espressivo offre una via diretta per esplorare e riorganizzare gli stati emotivi. Le qualità del movimento come fluidità, tensione, respiro, ritmo, forma, direzione e velocità possono rispecchiare i processi affettivi interni. Fischman (2005) sottolinea che con il movimento le persone esternano aspetti del loro mondo interiore, creando opportunità di trasformazione simbolica, liberazione emotiva e integrazione narrativa.

La consapevolezza del corpo, ovvero imparare a percepire e identificare ciò che accade nel proprio corpo, è fondamentale per lo sviluppo dell'intelligenza emotiva. Attraverso l'esplorazione del movimento, i partecipanti imparano a riconoscere la tensione, l'intorpidimento, la pesantezza, il tremore, la leggerezza o l'espansione come indicatori dell'attivazione emotiva. Questi segnali corporei precedono la consapevolezza verbale, rendendoli preziosi per le persone che hanno difficoltà a etichettare verbalmente le emozioni. Collegando le sensazioni

corporee alla comprensione cognitiva, la DMT migliora la regolazione emotiva e la resilienza.

Per le persone con disabilità intellettiva e/o neurodivergenti, il punto di forza della DMT risiede nella sua accessibilità, in quanto si basa sull'intuizione cinestetica e sul coinvolgimento sensoriale. Come osservano Papadopoulos & Smith (2024), i metodi fondati sulla danza supportano l'elaborazione cognitiva ed emotiva attraverso percorsi multimodali, consentendo ai partecipanti di scoprire forme alternative di espressione che riflettono i loro punti di forza e le loro preferenze.

Le dimensioni sociali e relazionali della danza terapia

La DMT è di per sé relazionale. I processi di movimento interpersonale, come il rispecchiamento, la sincronia, l'eco, i ritmi condivisi e le formazioni di gruppo, creano opportunità di connessione al di là delle parole. Queste pratiche coltivano l'empatia, la sintonia e la consapevolezza reciproca. Wengrower (2008) sostiene che la danza terapia coinvolge gli individui in un dialogo reciproco basato sul corpo che trascende le barriere cognitive o linguistiche. Questa sincronia relazionale è efficace per creare coesione nella comunità dei giovani adulti con disabilità intellettiva, favorendo il senso di appartenenza attraverso esperienze corporee condivise (Hall, 2017).

Da un punto di vista neuroscientifico, il movimento è un comportamento sociale. La ricerca sui neuroni specchio dimostra che osservare il movimento di un'altra persona attiva i propri circuiti motori ed emotivi, favorendo la comprensione e il legame relazionale (Koch & Fischman, 2023). Questa risonanza corporea è importante per le persone con disabilità intellettive, autismo o difficoltà di comunicazione, che potrebbero usare altri canali espressivi per relazionarsi con gli altri. Le esperienze di

movimento condivise possono aiutare a ridurre l'isolamento, aumentare il comfort nell'interazione sociale e rafforzare la coesione del gruppo.

Le sessioni di gruppo di DMT offrono ai partecipanti opportunità strutturate ma flessibili per negoziare lo spazio, sviluppare la cooperazione e praticare ruoli relazionali come guidare, seguire, unirsi o ritirarsi. Queste esperienze incarnate supportano l'apprendimento socio-emotivo, il lavoro di squadra e la costruzione di comunità in contesti artistici e educativi.

Dimensioni culturali, artistiche e inclusive

Nelle istituzioni culturali, la danza terapia ridefinisce la comprensione della danza spostando l'attenzione dall'abilità tecnica o dalla perfezione della performance verso l'autenticità, la presenza e la creatività incarnata. Fux (1998) ha affermato che "tutti possono ballare", una filosofia che sfida le norme abiliste e promuove la partecipazione artistica. La DMT posiziona il movimento come un linguaggio universale, aprendo spazi artistici a individui il cui corpo, profilo sensoriale o stile cognitivo potrebbero non adattarsi ai tradizionali schemi della danza.

La DMT può essere integrata in pratiche artistiche interdisciplinari, collegando il movimento alle arti visive, al suono, alla narrazione, al cinema o ai media digitali. Questo approccio multimodale funziona con gli artisti neurodivergenti, che spesso traggono beneficio dal lavorare attraverso canali sensoriali diversi. Incorporando il movimento sia come stimolo che, come risposta, i facilitatori possono progettare sessioni che coinvolgono diversi stili di apprendimento, da quello cinestetico a quello visivo e uditivo.

Inoltre, la DMT incoraggia valori etici ed estetici radicati nella relazionalità, nella dignità, nella presenza e nell'agenzia creativa. Invece di dare priorità allo spettatore, valorizza la partecipazione e la co-creazione. Questo approccio è in linea con le tendenze contemporanee nelle arti che

coinvolgono persone con disabilità, dove il pubblico è invitato ad assistere a diversi vocabolari di movimento e dove la proprietà creativa è condivisa tra facilitatori e partecipanti.

Fondamenti scientifici: corporeità, neurobiologia e integrazione sensoriale

Le prove fornite dalle neuroscienze e dalla cognizione corporea confermano che il movimento influenza gli stati psicologici e fisiologici. Koch & Fischman (2023) sottolineano che la DMT attiva aree del cervello associate a:

- regolazione delle emozioni
- integrazione sensoriale
- ragionamento spaziale
- empatia
- propriocezione
- elaborazione della memoria
- ricompensa e motivazione

Il movimento ritmico rafforza la coerenza neurale, stimola il rilascio di endorfine e migliora la sensazione di benessere e connessione. Gli studi dimostrano che il movimento sincronizzato aumenta i livelli di ossitocina, favorendo il legame e la fiducia, componenti fondamentali delle relazioni terapeutiche e educative (Chaiklin & Wengrower, 2015).

Il DMT contribuisce anche all'integrazione sensoriale, un aspetto essenziale del funzionamento di molte persone neurodivergenti. Le attività di movimento che variano il ritmo, la pressione, il peso, la velocità o i modelli spaziali aiutano a riorganizzare gli stimoli sensoriali e a ridurre gli stati di sovrastimolazione o ipo-reattività (Papadopoulos & Smith, 2024). Questi effetti favoriscono l'attenzione, le funzioni esecutive, la consapevolezza del

proprio corpo e la coordinazione motoria, contribuendo sia allo sviluppo artistico che al funzionamento quotidiano.



Figura 20 Una donna in piedi con una protesi alla gamba mentre posa per un esercizio di yoga. Pexels

Opportunità per una pratica terapeutica rispettosa delle differenze

La danza terapia offre numerose opportunità alle persone con disabilità intellettiva e/o neurodivergenti:

- Consente l'accessibilità naturale, poiché usa la comunicazione non verbale e l'espressione cinestetica
- Promuove l'alfabetizzazione emotiva attraverso il corpo piuttosto che l'astrazione linguistica
- Supporta la connessione interpersonale attraverso la sincronia, il mirroring e il movimento cooperativo
- Affermando la diversità corporea e rifiutando gli standard normativi di abilità, bellezza o movimento "appropriato"

- Rafforza l'autonomia, la creatività e l'identità personale
- Consente la personalizzazione alle esigenze di mobilità, alle preferenze sensoriali, alle capacità fisiche e agli stili di comunicazione
- Arricchisce i contesti artistici e educativi fornendo percorsi alternativi di partecipazione.

Sfide e considerazioni etiche

La danza terapia presenta anche sfide complesse che richiedono una facilitazione qualificata:

- Il materiale emotivo che emerge dal movimento può richiedere un radicamento, una regolazione e un ritmo informato sul trauma (Chaiklin & Wengrower, 2015)
- I facilitatori devono dare priorità al consenso, ai confini corporei e alla sicurezza, soprattutto quando lavorano con partecipanti giovani o vulnerabili. Le terapie basate sull'arte come la DMT devono bilanciare i benefici terapeutici con la promozione della salute mentale, garantendo il contenimento etico dei processi emotivi (Heenan, 2006)
- Lo spazio, il ritmo e gli stimoli sensoriali devono essere gestiti con attenzione per prevenire affaticamento, sovrastimolazione o dissociazione
- Le interpretazioni dei movimenti devono essere collaborative, evitando supposizioni o letture patologizzanti
- I facilitatori devono possedere forti capacità di osservazione per identificare i segni di disagio, malessere o disregolazione
- La pratica etica implica trasparenza, umiltà culturale, comunicazione inclusiva e sintonia con le dinamiche di potere nei contesti di gruppo.

In sintesi, la danza terapia è una disciplina multidimensionale che integra movimento fisico, consapevolezza emotiva, impegno relazionale ed espressione creativa. Basata sia sulla teoria classica (Fux, 1998; Fischman, 2005) che sulla ricerca contemporanea (Koch & Fischman, 2023; Papadopoulos & Smith, 2024), la DMT supporta gli individui a livello emotivo, sensoriale, sociale e cognitivo. Essendo basata sul corpo, aperta a tutti e legata all'arte, è adatta alle attività con giovani con disabilità intellettive e/o neurodivergenti. Trasformando il movimento in un linguaggio di connessione, attivazione e appartenenza, la danza terapia arricchisce gli ecosistemi culturali e amplia le possibilità di partecipazione espressiva all'interno delle pratiche artistiche accessibili.

Attività suggerite

Le pratiche di danza terapia funzionano meglio quando sono immersive, esperienziali e guidate con sensibilità. Per mantenere la coerenza con il resto dei moduli, le seguenti **tre attività** sono progettate per essere svolte **nell'arco di una singola sessione di un'ora**. Insieme, creano un arco terapeutico coerente che guida i partecipanti dalla consapevolezza del proprio corpo e del proprio radicamento, attraverso l'esplorazione espressiva del movimento, fino all'integrazione finale e alla riflessione. Questa struttura garantisce la sicurezza emotiva, supporta la regolazione sensoriale e promuove una partecipazione creativa significativa per le persone con disabilità intellettive e/o neurodivergenti. Ogni attività parte dalla precedente e la sviluppa, consentendo ai professionisti di facilitare un'esperienza completa di danza terapia in un lasso di tempo limitato.

Attività n. 1: Risveglio del corpo: radicamento e connessione sensoriale

Scopo: aiutare i partecipanti a connettersi con il proprio corpo, regolare gli stimoli sensoriali e prepararsi a livello emotivo e fisico alle attività di

movimento. Le pratiche di radicamento supportano la regolazione autonomica e migliorano la prontezza per i compiti espressivi (Koch & Fischman, 2023).

Durata: 15 minuti.

Materiali: spazio aperto, musica strumentale rilassante, sciarpe opzionali o tessuti morbidi.

Istruzioni: Iniziare con una sequenza di respirazione guidata e un riscaldamento delicato concentrandosi su spalle, colonna vertebrale e respiro. Invitare i partecipanti a prestare attenzione alle sensazioni corporee ed esplorare movimenti semplici come ondeggiare, dondolarsi o spostare il peso. Fornire stimoli sensoriali utilizzando tessuti morbidi o gesti lenti nell'aria. Incoraggiare i partecipanti a identificare i movimenti che li fanno sentire sicuri e a proprio agio. Concludere con un breve gesto di centratura, come appoggiare le mani sul petto o estendere piano le braccia verso l'esterno.

Attività n. 2: Emozioni in movimento: esplorazione del movimento espressivo

Scopo: esplorare come le emozioni si manifestano attraverso il ritmo, il flusso, la velocità e i gesti. Il movimento espressivo consente ai partecipanti di identificare ed esternare gli stati emotivi attraverso l'azione corporea (Chaiklin & Wengrower, 2015).

Durata: 20 minuti.

Materiali: playlist musicale con toni emotivi contrastanti (gioioso, calmo, energico, riflessivo), spazio aperto, carte delle emozioni opzionali.

Istruzioni: Presentare con supporti visivi 3-4 emozioni di base. Invitare i partecipanti a scegliere un'emozione e a rispondere al brano musicale corrispondente attraverso il movimento, utilizzando gesti ampi o piccoli, fluidi o bruschi, o muovendo diverse parti del corpo. Incoraggiare

l'esplorazione di stati emotivi contrastanti. Integrare brevi suggerimenti relazionali, come osservare il movimento di un altro partecipante o ripetere un gesto. Offrire brevi spunti di riflessione ("Cosa è cambiato nel tuo corpo?") prima di passare all'emozione successiva.

Attività n. 3: La storia del corpo: creare una narrazione collettiva attraverso il movimento

Scopo: integrare il materiale sensoriale ed emotivo della sessione in una breve narrazione di movimento condivisa. La sequenzialità simbolica incoraggia l'organizzazione cognitiva e rafforza la coesione del gruppo (Fischman, 2005).
Durata: 25 minuti.
Materiali: spazio aperto, sciarpe o nastri, musica calma o tematica.
Istruzioni: invitare il gruppo a scegliere un tema semplice (ad esempio, connessione, coraggio, cambiamento). Ogni partecipante crea un gesto simbolico ispirato al tema. Combinare questi gesti in una sequenza collettiva e provarla come gruppo. Incoraggiare variazioni di tempo, spazio e livello di movimento. Facilitare un breve giro di condivisione in cui i partecipanti esprimono, con parole, con gesti o tramite CAA in simboli, cosa rappresenta il loro gesto. Concludere la sessione con un movimento unificante o un respiro di gruppo per consolidare l'esperienza.

Impatto delle competenze apprese

La danza terapia ha effetti profondi e multistrato sullo sviluppo creativo, emotivo e relazionale dei giovani artisti con disabilità intellettive e profili neurodivergenti. Come modalità corporea, nutre capacità che trascendono la comunicazione verbale e fornisce percorsi alternativi per l'apprendimento, l'espressione e la connessione sociale.

Sviluppo emotivo e regolazione

Attraverso il movimento, i giovani partecipanti imparano a identificare gli stati interni percependo con il corpo. La ripetizione ritmica e l'esplorazione cinestetica aiutano a regolare il sistema nervoso autonomo, favorendo il passaggio dall'agitazione alla calma o dal ritiro al coinvolgimento. Le qualità del movimento, come l'innalzarsi, l'abbassarsi, il muoversi a spirale o il flusso sostenuto, offrono metafore corporee che aiutano i partecipanti a simbolizzare le loro esperienze emotive. Nel corso del tempo, i giovani artisti sviluppano un repertorio di strategie di autoregolazione - dondolarsi dolcemente, fare stretching, radicarsi - che possono applicare al di là dello spazio terapeutico.

Rafforzare la comunicazione e l'empatia

La danza terapia migliora le capacità comunicative attraverso canali non verbali. Il mirroring, la sincronia e i segnali di movimento condivisi favoriscono il riconoscimento reciproco e l'armonizzazione. Quando i partecipanti rispondono ai gesti, alle forme o ai ritmi degli altri, realizzano una conversazione corporea che costruisce la fiducia relazionale. Questo movimento relazionale è significativo per i giovani con difficoltà di articolazione verbale o l'interpretazione sociale. La DMT diventa così un ponte verso l'empatia e uno strumento per costruire la fiducia nella comunicazione.

Promuovere la partecipazione e il senso di appartenenza

Nella danza terapia, ogni movimento, sia esso sottile, audace, prolungato o frammentato, ha un valore espressivo. Questo principio dissolve le gerarchie tra movimenti "allenati" e "non allenati", così come tra corpi con o senza disabilità. La pratica costruisce un ambiente in cui la differenza è un contributo. Rituali di movimento condivisi, forme di gruppo e sequenze co-

create aiutano a coltivare un senso condiviso di appartenenza e di autorevolezza collettiva.

Migliorare l'integrazione cognitiva, motoria e sensoriale

La danza terapia stimola più canali sensoriali: cinestetico, visivo, tattile e uditivo. Queste esperienze multisensoriali rafforzano la coordinazione, la memoria spaziale, la propriocezione e la pianificazione motoria. I giovani artisti imparano a orientarsi nello spazio, a seguire il ritmo, a rispondere ai segnali e a adattare il proprio corpo ai cambiamenti dell'ambiente, abilità che supportano sia la pratica artistica che le attività della vita quotidiana. I partecipanti con sensibilità sensoriale traggono beneficio da schemi di movimento strutturati e prevedibili che aiutano a regolare gli stimoli eccessivi.

Coltivare l'agenzia creativa e l'identità artistica

Invitando a fare scelte personali - tempo, gestualità, percorso spaziale, qualità emotiva - i ballerini diventano autori dei propri movimenti. Questa autonomia favorisce l'autostima e alimenta il senso di identità artistica. I giovani artisti contribuiscono in modo creativo a coreografie condivise, sequenze o improvvisazioni di gruppo. Questa paternità corporea rafforza la fiducia e sostiene l'impegno a lungo termine in contesti culturali e artistici.

Quadro di attuazione

Il Quadro di attuazione fornisce una struttura chiara e pratica per garantire che gli interventi di danza movimento terapia siano erogati in modo sicuro, etico ed efficace in diversi contesti professionali. Supporta i professionisti nel tradurre i principi fondamentali della DMT in pratiche concrete e coerenti per la pianificazione, la facilitazione e la valutazione, contribuendo

ad allineare l'intenzione terapeutica con il processo decisionale e l'erogazione quotidiani.

Prima di iniziare le sessioni di danza terapia, è buona norma svolgere una fase introduttiva per raccogliere informazioni utili a comprendere i profili sensoriali dei partecipanti, le loro esigenze comunicative, i livelli di mobilità, i possibili fattori scatenanti emotivi e le esigenze di supporto. Ciò può comportare colloqui con caregiver, insegnanti o personale clinico e educativo competente, al fine di consentire la progettazione di attività adeguate alle capacità e agli obiettivi dei singoli individui.

Un altro elemento chiave è l'accessibilità e la preparazione dello spazio, che dovrebbe essere organizzato in modo flessibile. Ambienti privi di ostacoli, illuminazione regolabile, bassi livelli di rumore e un orientamento facilitato favoriscono il comfort e la tranquillità. L'uso di sedie, cuscini, marcatori tattili, nastri o oggetti di scena può supportare diverse modalità sensoriali e motorie, mentre i programmi visivi o simbolici possono aumentare la prevedibilità, importante per i partecipanti neurodivergenti.

Anche la struttura della sessione contribuisce alla sicurezza emotiva. Le sessioni includono:

- Arrivo e radicamento
- Riscaldamento del corpo
- Esplorazione espressiva/tematica
- Connessione di gruppo o creazione condivisa
- Riflessione e chiusura

Infine, per valutare l'efficacia degli interventi, i professionisti sono incoraggiati a documentare i progressi dei partecipanti ad ogni incontro. Possono prendere appunti sulle osservazioni relative al comportamento

motorio, alle risposte emotive, alle dinamiche relazionali e ai progressi verso gli obiettivi. Queste riflessioni possono assumere varie forme, come appunti sul corpo, schizzi di percorsi spaziali, materiale fotografico (previo consenso) o descrizioni di gesti significativi. La supervisione periodica sostiene anche la crescita professionale e l'elaborazione etica del lavoro.

Risorse aggiuntive

- "Introduzione alla danza/movimento terapia" (video): spiegazione dei principi di base della danza/movimento terapia che illustrano come il movimento possa sostenere l'espressione emotiva e il benessere.
- "Danza terapeutica vs. Danza/Movimento Terapia" (Video): spiegazione della differenza tra attività di danza ricreativa o terapeutica e la pratica formale della danza/movimento terapia, con esempi tratti da contesti clinici e comunitari.
- "Una lezione di danza movimento terapia" (video): sessione guidata di DMT, dimostrando i riscaldamenti, gli esercizi di sintonia e le tecniche di movimento espressivo utilizzati da facilitatori qualificati.
- "Terapia della danza/movimento e autismo" (video): dimostrazione di come la DMT possa aiutare le persone autistiche attraverso la regolazione sensoriale, la comunicazione non verbale e l'interazione ritmica.
- "Dance/NYC Disability Task Force" (Video): introduzione alle pratiche di danza inclusive e iniziative di sostegno alle persone con disabilità all'interno della comunità artistica di New York City, mettendo in evidenza percorsi creativi accessibili.
- "AXIS Dance Company" (video): un profilo della AXIS Dance Company, che presenta un lavoro di danza integrato con ballerini

con e senza disabilità e mostra approcci accessibili alla performance contemporanea.

Riferimenti

- Chaiklin, S., & Wengrower, H**.** (Eds.). (2015). *L'arte e la scienza della danza/movimento terapia: La vita è danza.* Routledge.
- Fischman, D. (2005). *La danza movimento terapia: Cuerpo, emoción y simbolización.* Lugar Editorial.
- Fux, M. (1998). *Danzaterapia: Fragmentos de vida*. Lumen.
- Hall, S. A. (2017). *Coinvolgimento nella comunità dei giovani adulti con disabilità intellettive: le loro esperienze e prospettive sull'inclusione*. Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities, 30(6), 859–871.
- Heenan, D. (2006). *L'arte come terapia: un modo efficace per promuovere la salute mentale positiva?* Disability & Society, 21(2), 179–191.
- Koch, S. C., & Fischman, D. (2023). *Terapia del movimento danzato e inclusione incarnata per le comunità neurodiverse: una prospettiva europea*. Arts in Psychotherapy, 82, 102050.
- Nota, L., Ferrari, L., Soresi, S., & Wehmeyer, M. (2007*).* *Autodeterminazione, abilità sociali e qualità della vita delle persone con disabilità intellettiva.* Journal of Intellectual Disability Research, 51(11), 850–865.
- Papadopoulos, A., & Smith, J. (2024). *Digital embodiment: Hybrid approaches in dance therapy for people with intellectual disabilities*. European Journal of Creative Arts Therapy, 16(1), 44–61.

- Wengrower, H. (2008). *Terapia della danza/movimento e psicodramma: somiglianze e differenze*. The Arts in Psychotherapy, 35(5), 382–390.

Domande di valutazione

In questa sezione troverete cinque domande per aiutarvi a verificare ciò che avete imparato in questo capitolo. Ogni domanda ha una sola risposta corretta. Le risposte sono disponibili alla fine dell'e-book.

1. La danza terapia si concentra sulla padronanza delle tecniche di danza e della coreografia.
   - VERO
   - FALSO

2. Le esperienze di movimento di gruppo possono favorire l'empatia, la fiducia e il senso di appartenenza.
   - VERO
   - FALSO

3. Lo scopo principale della danza terapia nei programmi artistici inclusivi è:
   - Incoraggiare la competizione e la performance.
   - Facilitare l'espressione emotiva e la connessione sociale.
   - Formare ballerini professionisti.

4. Qual è una linea guida etica per le sessioni di danza terapia?
   - La partecipazione deve essere volontaria e rispettosa dei confini personali.
   - Tutti i partecipanti devono essere toccati durante le attività.

Co-funded by the European Union

- Possono partecipare solo coloro che hanno una precedente esperienza di danza.

5. In un esercizio di dialogo allo specchio, i partecipanti devono:
   - Osservare ed entrare in empatia attraverso il movimento.
   - Replicare meccanicamente i gesti.
   - Guidare senza consapevolezza degli altri.

Artistic Minds

Modulo 15

Accessibilità e progettazione di ambienti artistici e culturali

MODULO 15: ACCESSIBILITÀ E PROGETTAZIONE DI AMBIENTI ARTISTICI E CULTURALI

Obiettivi di apprendimento

Questo modulo conclusivo esplora le pratiche e i principi fondamentali per la progettazione di ambienti artistici e culturali accessibili e rispettosi delle differenze. Promuove l'accessibilità come elemento chiave per consentire a tutti di godere delle arti. Presenta i principi, le migliori pratiche e le strategie operative rilevanti per garantire la piena partecipazione delle persone con disabilità alle esperienze culturali, sia come spettatori che come artisti.

Partecipando al seguente modulo, sarai capace di:

- **Acquisire familiarità** con i principi internazionali in materia di accessibilità e progettazione inclusiva
- **Conoscere** le principali sfide che limitano l'accesso e la partecipazione agli ambienti artistici e culturali
- **Imparare** come promuovere una cultura dell'inclusione sviluppando attività accessibili e fruibili dalle persone con disabilità.

Descrizione dei contenuti: opportunità e sfide

Progettare spazi culturali e artistici accessibili e fruibili è un passo fondamentale per consentire alle persone con disabilità di partecipare alla vita culturale, sia come visitatori che come artisti. **Il diritto all'accessibilità** è sancito dall'articolo 9 della Convenzione delle Nazioni Unite sui diritti delle persone con disabilità (2006). L'accessibilità è definita come la capacità di accedere all'ambiente fisico, agli **ambienti** sociali, economici e **culturali,** ai

Co-funded by the European Union

trasporti, alle tecnologie dell'informazione e della comunicazione e a tutti i servizi e le strutture pubbliche. Di conseguenza, se l'accessibilità serve come mezzo per promuovere e sostenere l'attuazione e il rispetto dei diritti umani, allora **l'accesso** rappresenta un obiettivo fondamentale che deve essere salvaguardato dagli organismi competenti (Greco, 2017). Queste considerazioni incoraggiano le organizzazioni e le industrie del settore artistico e culturale a riflettere **sull'usabilità** dei loro contenuti e delle loro informazioni. Ciò garantisce che i visitatori possano interagire in modo autentico con le loro esperienze e che abbiano reali opportunità di esplorare, partecipare e imparare (Giaconi et al., 2021).

Numerosi studi (ad esempio, Mastrogiuseppe et al., 2021; Münch et al., 2022) hanno sottolineato le sfide significative che devono affrontare le persone con disabilità intellettive e condizioni neurodivergenti quando si tratta di accedere e godere di contenuti e spazi artistici. Sebbene in modo approssimativo, gli ostacoli possono essere riassunti nelle seguenti due categorie:

- **Percezione delle risorse di contenuto:** ovvero la capacità di percepire i contenuti, siano essi visivi, uditivi, tattili, testuali o multimediali. Le barriere percettive sorgono quando i contenuti sono inaccessibili attraverso i sensi di una persona. Ad esempio, le persone con disabilità visive sono in grado di apprezzare un dipinto o una scultura solo con le descrizioni audio, testi alternativi o modelli tattili. Allo stesso modo, le persone con disabilità intellettive hanno bisogno di semplificazioni o ausili visivi per comprendere contenuti complessi. Rumori di fondo, echi, mormorii e suoni forti possono causare sovraccarico sensoriale, ansia e disorientamento nelle

persone con condizioni di neurodiversità e/o ipersensibilità sensoriale.

- **Interazione fisica:** ovvero gli ostacoli fisici e motori che impediscono alle persone di accedere alle opere d'arte o ai dispositivi che le espongono, o di utilizzare materiali e spazi per creare arte. Alcuni esempi di ostacoli che possono rendere difficile la fruizione degli ambienti artistici sono le barriere architettoniche, come scale, gradini o passaggi stretti. Anche gli spazi affollati o mal organizzati possono rendere difficile muoversi in sicurezza alle persone con problemi di equilibrio, vista o coordinazione. Inoltre, molte opere o installazioni moderne richiedono la partecipazione attiva dei visitatori, senza essere accessibili a tutti. Ostacoli comuni includono dispositivi interattivi (touch screen, pulsanti e manopole) posizionati ad altezze inaccessibili per gli utenti su sedia a rotelle e le persone di bassa statura, e la mancanza di comandi alternativi, come l'attivazione vocale o pulsanti più grandi. La segnaletica che è illeggibile o posizionata in modo errato può impedire alle persone con disabilità intellettive di comprendere i percorsi per muoversi in modo indipendente nello spazio.

La buona notizia è che esistono teorie e metodologie consolidate che possono aiutare chi progetta spazi e attività artistiche e culturali. I principi **dell'Universal Design** e **del Design for All** possono aiutare esperti e professionisti sottolineando l'importanza delle persone nei processi creativi e di progettazione sin dall'inizio. Questi approcci mirano a sviluppare prodotti, ambienti e servizi accessibili e utilizzabili da tutti, a prescindere dalle capacità fisiche, cognitive o sensoriali, garantendo così equità e inclusione (Harte et al., 2017). Il concetto di Design for All è riconosciuto e applicato ed è intrecciato con paradigmi di progettazione accessibile che

promuovono l'autonomia, la partecipazione attiva e il potenziamento delle capacità degli utenti. Questo approccio consente una comprensione accurata delle esigenze reali e diversificate degli utenti e incoraggia la co-creazione di spazi che riflettono e valorizzano la loro esperienza di vita (Dong & Vivat, 2008).

Nel contesto della produzione artistica che coinvolge artisti con disabilità, l'attuazione di queste strategie produce molteplici **benefici**: aumenta la partecipazione agli spazi culturali e artistici, favorisce il senso di appartenenza alla comunità e coltiva competenze vitali come la comunicazione, il processo decisionale e l'attivismo sociale. Inoltre, contribuisce a migliorare il benessere generale delle persone coinvolte. Da un punto di vista professionale, la collaborazione con giovani artisti con disabilità attraverso la co-progettazione offre preziose opportunità per affinare le competenze di progettazione partecipativa, adattare le pratiche alle diverse esigenze e operare in modo efficace all'interno di comunità diverse (Almeqdad, Q. I. et al, 2023).

Tuttavia, è importante riconoscere le **sfide** inerenti al processo di co-progettazione. Questa metodologia richiede più tempo e risorse rispetto a un approccio tradizionale dall'alto verso il basso. Fin dalle fasi iniziali di ideazione e progettazione, il processo deve essere accessibile e utilizzabile. A tal fine, sono necessari facilitatori formati nelle metodologie partecipative e nelle tecniche di mediazione e che abbiano una buona comprensione dei principi dell'Universal Design for Learning. Senza una formazione e una preparazione adeguate, il processo di co-progettazione potrebbe essere inefficace o produrre risultati lontani da quelli desiderati (Labattaglia, O., 2023).

In conclusione, un obiettivo fondamentale per le organizzazioni artistiche e educative è quello di progettare contesti culturali che consentano a tutti di esprimersi e di raggiungere obiettivi di apprendimento significativi. Per questo motivo, è fondamentale coltivare un'ampia cultura dell'accessibilità che raggiunga ogni livello della società e incoraggi una comprensione condivisa delle diverse esigenze delle persone. Riconoscere che la creazione di contenuti accessibili è una responsabilità etica e anche un mezzo per arricchire l'apprezzamento culturale di tutti. L'accessibilità diventa sinonimo di valorizzazione delle differenze, arricchimento e partecipazione collettiva, trasformando così le esperienze artistiche e culturali in momenti di autentica condivisione e crescita sociale.

Attività suggerite

Attività n. 1: Com'è?

Scopo: Esplorare l'empatia e la comprensione delle diverse disabilità attraverso l'espressione artistica creativa.
Metodo: lavoro in piccoli gruppi.
Durata: 60-75 minuti.
Materiali: pietre o piccoli oggetti, riviste/giornali, accesso a stampante/computer, colla, forbici, penne, carta, materiali per la simulazione della disabilità (ad esempio, bende per gli occhi o cuffie con cancellazione del rumore).
Istruzioni:

- **Fase 1:** Creare una semplice attività artistica. Suggeriamo, ad esempio, "Story Stones" (Pietre narrative): fornire ai partecipanti 5-6 pietre e vari strumenti come riviste, giornali, accesso a una stampante/computer e chiedere loro di decorarle. Le Story Stones offrono un modo giocoso e simbolico per esprimere sentimenti,

esplorare narrazioni interiori e acquisire consapevolezza emotiva attraverso la narrazione creativa.

- **Fase 2:** invitare ogni partecipante ad assumere il ruolo di una persona con una disabilità specifica e un bisogno di accesso, come parte di un esercizio di empatia e di assunzione di prospettiva (suggerimento: selezionate una gamma diversificata di condizioni che rappresentino un ampio spettro di esperienze sensoriali, cognitive e fisiche). Chiedere ai partecipanti di completare l'attività incarnando quella prospettiva.
- **Fase 3:** Al termine dell'attività, chiedere sia ai formatori che ai partecipanti di elencare le difficoltà che hanno incontrato e come queste possono essere risolte (ad esempio, un partecipante che ha assunto il ruolo di una persona con disabilità uditiva potrebbe aver avuto difficoltà a seguire le istruzioni verbali: un adattamento utile potrebbe essere quello di fornire un interprete della lingua dei segni o chiare linee guida scritte).

Attività n. 2: Caccia al tesoro dell'accessibilità

Scopo: identificare le sfide reali in materia di accessibilità e valutare in che misura gli spazi pubblici soddisfano gli standard legali di accessibilità.
Metodo: lavoro sul campo e osservazione.
Durata: 60-90 minuti
Materiali: flash card sulla legge sull'accessibilità, adesivi ✅ e ❌, quaderni o dispositivi digitali per appunti, casi di studio assegnati che descrivono una persona con disabilità.
Istruzioni:

- **Fase 1:** Ai formatori viene assegnato un caso di studio relativo a una persona con disabilità (ad esempio, disabilità fisica che richiede l'uso di una sedia a rotelle). Viene fornita loro una serie di flash card

che fanno riferimento alla legge sull'accessibilità e alle sue definizioni (ad esempio, le rampe devono avere un'inclinazione di ___ gradi) e una serie di adesivi ☑ e ✖.

- **Fase 2:** I formatori visitano una struttura e immaginano di accompagnare la persona (possono scegliere di assumere il ruolo di spettatori, ad esempio guardando uno spettacolo teatrale, o quello di utenti del servizio, ad esempio seguendo una lezione di danza). Le strutture dovrebbero essere correlate alla loro specialità (un insegnante di danza visiterà studi di danza, ecc.). I formatori useranno quindi le flash card per guidare la persona con disabilità nell'apposizione di adesivi ☑✖ sulle caratteristiche/strutture di accessibilità in base alla loro capacità di rispettare le norme di legge (ad esempio, un adesivo ☑ se la rampa ha la pendenza richiesta o un adesivo ✖ se nella struttura mancano servizi igienici accessibili).
- **Fase 3:** Al termine di questa attività, i formatori scrivono una lettera alle autorità locali evidenziando i problemi riscontrati e chiedendo/offrendo soluzioni adeguate.

Attività n. 3: Architetti dell'accessibilità

Scopo: sviluppare soluzioni progettuali creative per rendere gli spazi professionali inclusivi e accessibili alle persone con disabilità.
Metodo: attività di progettazione e discussione di gruppo.
Durata: 60-90 minuti
Materiali: immagini stampate di stanze (specifiche per ogni professione, ad esempio teatro, studio di danza, aula), penne, carta, strumenti di progettazione digitale, materiali artigianali e accesso a video online o esempi di spazi accessibili.
Istruzioni:

- **Fase 1**: Ai formatori e ai partecipanti viene consegnata una stampa di una stanza (una per ogni specialità - formatore, ad esempio una sala da ballo per un professionista della danza, un teatro per un drammaterapeuta, ecc. La stanza è deserta ed è in un vecchio edificio; le stampe includono diverse angolazioni (angolo alto, angolo basso, livello degli occhi, vista dall'alto e angolo olandese).
- **Fase 2:** Tutti hanno accesso a strumenti digitali, carta e penne e altri materiali. Discutono dei diversi problemi di accesso nelle stanze in presenza di varie disabilità (ad esempio, "Anna" ha un deficit uditivo. Ad "Anna" viene chiesto se vede dei problemi nel teatro che potrebbero ostacolare il suo accesso: nessun altoparlante, nessuno spazio per un interprete vicino al palco, ecc. A ogni partecipante con disabilità viene chiesto di studiare la sala e di commentare in modo simile (quali problemi potresti incontrare se provassi ad accedere a questo spazio?).
- **Fase 3:** Una volta menzionati tutti i potenziali problemi di accessibilità, ai partecipanti viene chiesto di scrivere/menzionare le soluzioni sulla base delle loro esperienze. Possono anche guardare materiale relativo a spazi noti per essere accessibili e confrontare appunti/soluzioni.
- **Fase 4:** Una volta scritte tutte le soluzioni, i partecipanti possono utilizzare qualsiasi materiale disponibile per creare le soluzioni (ad esempio, sistemi a induzione magnetica per persone con disabilità uditive in un teatro, con segnaletica dedicata dove la copertura del sistema è attiva). Una volta stampate/disegnate/progettate tutte le soluzioni, i partecipanti le posizionano su tutto lo spazio stampato per creare uno spazio accessibile.

Impatto delle competenze apprese

Per adottare strategie rispettose delle differenze nelle attività artistiche con giovani artisti con disabilità intellettiva e/o neurodivergenti, è essenziale che i professionisti MH e gli esperti di CCS adottino i principi del Design for All e dell'Universal Design. La prospettiva dell'utente è una "voce esperta" al centro del processo creativo, fin dalla fase di ideazione. **Il co-design** diventa così uno strumento chiave per affinare le pratiche professionali. Le soluzioni sviluppate riflettono, valorizzano e migliorano le esperienze e le diverse esigenze dei giovani partecipanti.

Molti studi hanno evidenziato alcuni consigli pratici che possono essere utilizzati per promuovere la creazione di ambienti accessibili per le persone con disabilità (Mostafa M., 2014; Scavuzzo G. et al, 2020; Simpson S., 2015.). Ad esempio, a livello organizzativo e operativo, è fondamentale introdurre **prevedibilità** e **struttura**. Per alcune persone con disabilità, ciò può favorire un senso di benessere, facilitare l'apprendimento e migliorare la concentrazione durante l'attività in questione (Giaconi et al., 2021). È utile condividere in anticipo gli obiettivi, le regole e un programma dettagliato, suddiviso in brevi unità di tempo (ad esempio, intervalli di dieci minuti), e utilizzare timer o segnali visivi per indicare l'inizio e la fine di ogni attività. Nella comunicazione, i concetti dovrebbero essere trasmessi attraverso **più canali sensoriali**, riducendo la dipendenza da spiegazioni verbali (uso di ausili visivi, sonori o tattili). È consigliabile adottare strategie di semplificazione, come l'uso di materiali di facile lettura, per garantire chiarezza e accessibilità linguistica.

È preferibile privilegiare i canali visivi rispetto a quelli verbali, utilizzando simboli, immagini esplicative, segnali visivi e codici cromatici per facilitare l'orientamento concettuale e prevenire il sovraccarico cognitivo in

ambienti complessi. Assicurarsi che le informazioni siano comunicate sia tramite i colori che con i simboli, modelli o etichette di testo.

Le attività, quando svolte in gruppo, dovrebbero essere strutturate in contesti gestibili, ad esempio gruppi di circa cinque partecipanti con un moderatore, per incoraggiare un'interazione più personale e ridurre la pressione sociale. È importante fornire spazi di fuga o spazi tranquilli, ambienti neutri a livello sensoriale, dove i partecipanti possano ritrovare la calma e la concentrazione. Il semplice fatto di sapere che sono disponibili aiuta a ridurre l'ansia da sovraccarico.

Infine, l'integrazione di **tecnologie assistive e strumenti digitali**, come la realtà virtuale (VR) o la realtà aumentata (AR), può ampliare le modalità di espressione di alcuni partecipanti e favorire esperienze artistiche personalizzate e multisensoriali, migliorando la partecipazione e l'accessibilità.

Risorse aggiuntive

- Consiglio d'Europa. Strategia sulla disabilità 2017-2023. DIRITTI UMANI: UNA REALTÀ PER TUTTI RELAZIONE DELLA CONFERENZA (2017): relazione che presenta l'accessibilità come una delle priorità da affrontare.
- Designkit: sul sito web sono disponibili kit e risorse per mettere in pratica il design incentrato sull'uomo.
- Toolkit per l'uguaglianza, la diversità e l'inclusione (2022): utile per la creazione di una politica per la pratica artistica accessibile sviluppata dall'Arts Council.
- Please Touch! An Inclusive Art Experience (2020): Nell'ambito del progetto Horizon ARCHES, è stata sviluppata l'installazione "Please Touch!", che include soluzioni multidisciplinari per i musei, sviluppate in co-progettazione partecipativa con utenti con disabilità.

Riferimenti

- Almeqdad, Q. I., Alodat, A. M., Alquraan, M. F., Mohaidat, M. A., & Al-Makhzoomy, A. K. (2023). *L'efficacia del design universale per l'apprendimento: una revisione sistematica della letteratura e una meta-analisi*. Cogent Education, 10(1).
- Brand, A. (2010). *Vivere nella comunità*. Regno Unito.
- Dong, H., & Vivat, B. (2008). *Co-progettazione che coinvolge le persone con disabilità.* In *DS 46: Atti dell'EPDE 2008, la 10ª Conferenza internazionale sull'ingegneria e la progettazione dei prodotti* (pp. 162-167). The Design Society.
- Giaconi, C., Ascenzi, A., Del Bianco, N., D'Angelo, I., & Capellini, S. A. (2021). *Realtà virtuale e aumentata per l'accessibilità culturale delle persone con disturbi dello spettro autistico: uno studio pilota.* International Journal of the Inclusive Museum, 14(1), 95–106.
- Greco, G. M. (2017). *L'accessibilità culturale come strumento per i diritti umani di tutti.* Quaderni della valorizzazione, NS 4, 94–102. Ministero dei Beni e delle Attività Culturali e del Turismo, Direzione generale Musei.
- Harte, R., Glynn, L., Rodríguez-Molinero, A., Baker, P. M., Scharf, T., Quinlan, L. R., & ÓLaighin, G**.** (2017). *Una metodologia di progettazione incentrata sull'uomo per migliorare l'usabilità, i fattori umani e l'esperienza utente dei sistemi sanitari connessi: una metodologia in tre fasi.* JMIR Human Factors, 4(1).
- Labattaglia, O., Reay, S., & Nakarada-Kordic, I. (2023). *Co-progettare un co-design accessibile*. Design for Health, 7(3), 366–382.
- Mastrogiuseppe, M., Span, S., & Bortolotti, E. (2021*). Migliorare l'accessibilità al patrimonio culturale per le persone con disabilità*

intellettive: uno strumento per osservare gli ostacoli e i facilitatori dell'accesso alla conoscenza. Alter, 15(2), 113–123.

- Mostafa, M. (2014). *Indice di progettazione ASPECTSS™ per l'autismo: Architettura per l'autismo*. Il Cairo, Egitto.
- Münch, L., Heuer, T., Schiering, I., & Müller, S. V. (2022). *Criteri di accessibilità per un museo inclusivo per persone con difficoltà di apprendimento: una rassegna.* In M. Antona & C. Stephanidis (Eds.), *Accesso universale nell'interazione uomo-computer. Diversità degli utenti e del contesto*. *HCII 2022. Lecture Notes in Computer Science* (Vol. 13309, pp. 1–16). Springer.
- Scavuzzo, G., Limoncin, P., Dordolin, A., & Bettarello, F. (2020). *SENSHOME: Architettura e sensibilità atipiche / Architecture and atypical sensitivities*. Università degli Studi di Trieste, DIA.
- Simpson, S. (2015). *Checklist for autism friendly environments*. Regno Unito.
- Nazioni Unite. (2006). *Convenzione sui diritti delle persone con disabilità*.

Domande di valutazione

In questa sezione troverete cinque domande per aiutarvi a verificare ciò che avete imparato in questo capitolo. Ogni domanda ha una sola risposta corretta. Le risposte sono disponibili alla fine dell'e-book.

1. L'accessibilità riguarda solo gli spazi fisici, non le tecnologie dell'informazione e della comunicazione.

   - VERO
   - FALSO

2. Il design universale e il design per tutti mirano a creare ambienti utilizzabili da tutti.

- VERO
- FALSO

3. Qual è l'obiettivo principale del Design Universale?
   - Creare ambienti artistici di lusso
   - Progettare per una disabilità specifica
   - Rendere gli ambienti fruibili da tutte le persone

4. Quale di queste è una barriera fisica?
   - Linguaggio complesso nei testi espositivi
   - Scale e passaggi stretti
   - Colori eccessivamente vivaci

5. Perché la prevedibilità è importante per alcune persone con disabilità?
   - Limita la creatività
   - Riduce l'ansia e favorisce la concentrazione
   - Aumenta l'incertezza

Appendice

Risposte alle domande di autovalutazione

APPENDICE: RISPOSTE ALLE DOMANDE DI AUTOVALUTAZIONE

Alla fine di ogni capitolo del corso sono presenti cinque domande di autovalutazione finale. Questa sezione fornisce le risposte corrette, consentendo ai lettori di verificare la loro comprensione dei contenuti trattati. Si consiglia di rivedere i contenuti dei capitoli se si riscontrano errori o si hanno dubbi sulle proprie risposte.

Co-funded by
the European Union

Modulo 1

1. Domanda 1: → ✅ VERO
2. Domanda 2: → ✅ FALSO
3. Domanda 3: → ✅ B
4. Domanda 4: → ✅ B
5. Domanda 5: → ✅ C

Modulo 2

1. Domanda 1: → ✅ VERO
2. Domanda 2: → ✅ FALSO
3. Domanda 3: → ✅ B
4. Domanda 4: → ✅ C
5. Domanda 5: → ✅ A

Modulo 3

1. Domanda 1: → ✅ FALSO
2. Domanda 2: → ✅ VERO
3. Domanda 3: → ✅ C
4. Domanda 4: → ✅ A
5. Domanda 5: → ✅ B

Modulo 4

1. Domanda 1: → ✅ VERO
2. Domanda 2: → ✅ FALSO
3. Domanda 3: → ✅ A
4. Domanda 4: → ✅ A
5. Domanda 5: → ✅ B

Modulo 5

1. Domanda 1: → ✅ VERO
2. Domanda 2: → ✅ FALSO
3. Domanda 3: → ✅ C
4. Domanda 4: → ✅ A
5. Domanda 5: → ✅ B

Modulo 6

1. Domanda 1: → ✅ FALSO
2. Domanda 2: → ✅ VERO
3. Domanda 3: → ✅ A
4. Domanda 4: → ✅ B
5. Domanda 5: → ✅ B

Modulo 7

1. Domanda 1: → ✅ VERO
2. Domanda 2: → ✅ FALSO
3. Domanda 3: → ✅ B
4. Domanda 4: → ✅ A
5. Domanda 5: → ✅ C

Modulo 8

1. Domanda 1: → ✅ FALSO

2. Domanda 2: → ✅ VERO
3. Domanda 3: → ✅ C
4. Domanda 4: → ✅ B
5. Domanda 5: → ✅ A

Modulo 9

1. Domanda 1: → ✅ FALSO
2. Domanda 2: → ✅ VERO
3. Domanda 3: → ✅ B
4. Domanda 4: → ✅ A
5. Domanda 5: → ✅ B

Modulo 10

1. Domanda 1: → ✅ VERO
2. Domanda 2: → ✅ VERO
3. Domanda 3: → ✅ B
4. Domanda 4: → ✅ B
5. Domanda 5: → ✅ A

Modulo 11

1. Domanda 1: → ✅ FALSO
2. Domanda 2: → ✅ VERO
3. Domanda 3: → ✅ B
4. Domanda 4: → ✅ C
5. Domanda 5: → ✅ B

Modulo 12

1. Domanda 1: → ✅ VERO
2. Domanda 2: → ✅ VERO
3. Domanda 3: → ✅ A
4. Domanda 4: → ✅ B
5. Domanda 5: → ✅ B

Modulo 13

1. Domanda 1: → ✅ VERO
2. Domanda 2: → ✅ FALSO
3. Domanda 3: → ✅ C
4. Domanda 4: → ✅ B
5. Domanda 5: → ✅ A

Modulo 14

1. Domanda 1: → ✅ FALSO
2. Domanda 2: → ✅ VERO
3. Domanda 3: → ✅ B
4. Domanda 4: → ✅ A
5. Domanda 5: → ✅ A

Co-funded by
the European Union

Modulo 15

1. Domanda 1: → ✅ FALSO
2. Domanda 2: → ✅ VERO
3. Domanda 3: → ✅ C
4. Domanda 4: → ✅ B
5. Domanda 5: → ✅ B

Artistic Minds

Co-funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.