

Libroterapia e dislessia: oltre la valenza compensativa dell'ebook

Annamaria Curatola • Università degli Studi di Messina – annamaria.curatola@unime.it
Paola Surace • Unitas Catholica, Reggio Calabria – suracepaola@tiscali.it

Librotherapy and dyslexia: beyond the compensatory value of the e-book

Il presente lavoro si propone di dimostrare l'efficacia della pratica libroterapica nel trattamento dei disturbi emotivi delle persone con DSA. Dai primi del 1900 ad oggi la Libroterapia ha conosciuto uno sviluppo incessante e capillare, tanto da essere impiegata, sempre più frequentemente, presso gli ospedali, le carceri, le scuole, le biblioteche, le strutture psichiatriche; laddove possibile, non è infrequente l'utilizzo della Libroterapia in sostituzione, o in ausilio, di trattamenti farmacologici. Con l'avvento della tecnologia il tradizionale libro cartaceo è stato affiancato dal libro digitale (ebook). Entrambi, con le proprie caratteristiche e le proprie potenzialità, possono contribuire al trattamento di disturbi emotivi. L'ultima parte del lavoro è incentrata sulla valenza pedagogica e formativa della narrazione e dell'autobiografia. Attraverso un'analisi dettagliata della letteratura presa in esame, l'articolo documenta come l'ebook, in presenza di DSA, riesca ad andare oltre lo "strumento compensativo" e diventare una vera e propria terapia.

Parole chiave: inclusione, persona, terapia, libro digitale, disabilità, educazione

This paper aims to demonstrate the effectiveness of book therapy in treating the emotional disturbances of people with DSA. Since the early 1900s today, book therapy has been experiencing unceasing and widespread development, so much so that it is increasingly used in hospitals, prisons, schools, libraries and psychiatric clinics. Where possible, it is not uncommon to use Book therapy instead of, pharmacological treatments. With the development of technology the traditional paper book was joined with the digital book (ebook). Both, with their own characteristics and potential, can contribute to the treatment of emotional disturbances. The last part of the work is focused on the pedagogical and formative value of narration and autobiography. Through a detailed analysis of the literature, the article documents how the ebook, in case of presence of DSA, is able to be more than just a "compensatory tool" and become a real therapy.

Keywords: inclusion, person, therapy, ebook, disability, education

199

esperienze

* I §§ 1-2 e 3 sono di Annamaria Curatola. Il § 4 e le conclusioni sono di Paola Surace. La bibliografia è condivisa da entrambe.

Libroterapia e dislessia: oltre la valenza compensativa dell'ebook

1. La Libroterapia

Risale ai primi del Novecento l'utilizzo del termine Biblioterapia o Libroterapia ad opera di Samuel Crothers che, in *A Literary clinic*, la definisce «*such a new science*» (Crothers, 1926, p. 295). Tuttavia, il mondo greco e romano avevano già riconosciuto l'importanza dei libri e ne avevano valorizzato la funzione terapeutica: Aristotele, nella *Poetica*, analizza e descrive le qualità strutturali e stilistiche dei vari generi della letteratura greca e definisce quello della “tragedia” «imitazione di una azione nobile e compiuta [...] la quale per mezzo della pietà e del terrore finisce con l'effettuare la purificazione di cosiffatte passioni» (1449, 24-28, D. Pesce, trad. 1981, p. 82); Aulo Cornelio Celso (25 a.C. – 50 d.C./1989), enciclopedista e medico dell'antica Roma, riconobbe l'esistenza di un rapporto tra medicina e lettura. Fin dall'antichità, quindi, la lettura è stata considerata un importante ausilio per la persona che intraprendeva un percorso di introspezione psicologica finalizzato alla comprensione del sé e del senso della vita.

Secondo molti, per scoprire il senso dell'esistenza è possibile aprire un libro, leggerlo e lasciarsi trasportare. A volte le pagine sembrano scritte proprio per il lettore (Citati, 1930/2015). I libri e la lettura consentono di trovare le risposte ai tanti tormenti della vita e guidando la persona alla scoperta di sentimenti, emozioni e paure le permettono di poterli conoscere, gestire e riscoprire se stessi (Proust, 1906). «Tant que la lecture est pour nous l'initiatrice dont les clefs magiques nous ouvrent au fond de nous-mêmes la porte des demeures où nous n'aurions pas su pénétrer, son rôle dans notre vie est salutaire» (Proust, 1988, p. 37). «La letteratura ha una funzione esistenziale, la ricerca della leggerezza come reazione al peso di vivere [...] la letteratura come ricerca di conoscenza» (Calvino, p. 33).

Il termine Libroterapia, come precisato dalla psicologa e psicoterapeuta Rosa Mininno, coordinatrice della rete “Nuove dipendenze” e fondatrice dell'unico sito italiano dedicato all'approfondimento e alla divulgazione della Biblioterapia, significa letteralmente “terapia attraverso la lettura” e ingloba in sé diversi significati: cura attraverso la lettura, utilizzo dei libri come strumenti risolutivi di situazioni problematiche, metodo che stabilisce una comunicazione tra il lettore e il terapeuta attraverso lo scambio di conoscenze (Racci, 2013).

La Libroterapia è apprezzata e praticata da molti psichiatri, psicologi, psicoterapeuti e negli ultimi anni, grazie ai risultati ottenuti dalle ricerche sul campo, molti altri professionisti in ambito pedagogico, sociologico e antropologico hanno rivolto con interesse lo sguardo alla pratica libroterapeutica.

Secondo il professore Claudio Mencacci (2008), primario di psichiatria presso l'ospedale *Fatebenefratelli* di Milano, la capacità di alcuni romanzi di rispecchiare sentimenti ed emozioni permette ad ogni persona di avvicinarsi a questi stati d'animo con maggiore fiducia, di comprendere di non essere soli e che da qualche parte del mondo qualcuno ha vissuto o vive in sintonia con lei.

Lo psichiatra americano William Menninger (1936), dopo aver compreso l'efficacia curativa dei libri, in particolar modo dei romanzi, iniziò a prescriberli ai



propri pazienti durante il percorso terapeutico. Menninger era fermamente convinto che i libri potessero aiutare alcune tipologie di pazienti ad affrontare le proprie frustrazioni e i propri disagi senza dover ricorrere al supporto farmacologico.

«Ogni buon libro è un viaggio ed ogni viaggio è qualcosa che assomiglia ad una piccola cura per la nostra mente inquieta» (Racci, 2009, p. 81).

In diverse parti del mondo è stata evidenziata l'efficacia dell'utilizzo della Libroterapia sia per il trattamento di alcune patologie specifiche sia per l'ausilio fornito in favore di chi soffre nell'affrontare alcuni momenti difficili della vita, come ad esempio l'ospedalizzazione.

Nel 2005, in Germania, uno studio condotto su 1000 pazienti affetti da distimia ha dimostrato come la "cura del libro" possa consentire risultati simili a quelli di un intervento farmacologico. «Si valuta che i benefici tratti dall'esercizio del leggere, sono quasi equiparabili a quelli ottenuti da alcuni blandi antidepressivi» (Pappadia, 2009, p.44).

Nel 2013 una ricerca qualitativa interdisciplinare, condotta presso l'Università svedese di Göteborg da Lena Mårtensson, del Dipartimento di Neuroscienze e Fisiologia/ Terapia occupazionale e da Cecilia Pettersson (2014) del Dipartimento di Letteratura, storia delle idee e religione, ha dimostrato i benefici della lettura di romanzi su otto donne affette da varie patologie (cancro, stanchezza, depressione e stress post-traumatico) che riducono la capacità lavorativa. Le donne intervistate, di età compresa tra i 25 ed i 67 anni, tutte residenti nella contea di Västra Götaland, hanno dichiarato che la lettura di romanzi, durante il periodo di congedo per malattia (da 4 a 36 mesi) ha consentito loro di riprendere in breve tempo le normali attività quotidiane (University of Gothenburg, 2013).

Negli Stati Uniti ad alcuni soldati che avevano partecipato alla prima e alla seconda guerra mondiale, vennero prescritti dei libri da leggere affinché elaborassero e superassero i traumi causati da ciò che avevano visto e dalle menomazioni che avevano subito. Negli anni '20, infatti, Sara (Sadie) Marie Johnson Peterson Delaney, bibliotecaria all'interno dell'ospedale per veterani di Tuskegee-Alabama, cominciò ad usare i libri per lenire le sofferenze fisiche e psichiche dei reduci. «In this capacity, she not only provided library service to thousands of physically and mentally disabled African Americans, but also developed the art bibliotherapy to such an extent that her methods received worldwide recognition» (Gubert, 1993, p. 124).

David Corner Kidd e Emanuele Castano (2013), della *New School for social research di New York*, in un articolo pubblicato sulla rivista *Science*, forniscono la prova sperimentale che la lettura di "capolavori letterari" migliora le prestazioni legate alla *Theory of Mind*. La teoria della mente (ToM) è la capacità umana di intuire gli stati mentali in se stessi e negli altri. È una competenza fondamentale perché consente di comprendere le relazioni sociali complesse che caratterizzano le società umane. Cinque sono stati gli esperimenti condotti. In primo luogo, sono state definite tre categorie di generi letterari: la narrativa "letteraria", che comprende romanzi e racconti di elevato valore artistico e che racconta di fatti e personaggi non reali ma percepiti dal lettore come verosimili; la narrativa di genere, che comprende romanzi di appendice, fantascienza, o horror; infine, una terza categoria, la *non fiction* che comprende le opere che non rientrano nelle categorie precedenti.

Per ogni categoria sono state poi selezionati i titoli da sottoporre, con attribuzione casuale, alla lettura di gruppi di volontari.

Dopo la lettura dei testi, i volontari sono stati sottoposti ad alcune misurazioni standard come il *Diagnostic Analysis of Nonverbal Accuracy 2 – Adult Faces* (DAN-VA2-AF), in cui si chiede di guardare il viso di una persona per due secondi e di indicare l'emozione percepita ed il *Reading the Mind in the Eyes test* (RMET), in cui,



dopo aver osservato una porzione di volto bisogna attribuire un'emozione a scelta tra le quattro a disposizione che spaziano tra lo "scettico" e il "contemplativo".

Dall'analisi statistica dei risultati è emerso che i soggetti assegnati alla lettura della narrativa letteraria avevano ottenuto punteggi migliori, in media, rispetto a chi aveva letto libri delle altre due categorie, che non differivano tra loro in modo significativo. Questo indicherebbe che il coinvolgimento intellettuale e il pensiero creativo, richiesti per affrontare le opere letterarie, influenzano notevolmente la teoria della mente.

Rilevanti sono stati anche gli studi condotti da Gregory S. Berns, Kristina Blaine, Michael J. Prietula e Brandon E. Pye (2013), della *Emory University* di Atlanta, che hanno dimostrato come le trasformazioni biologiche indotte dalla lettura siano permanenti. La ricerca, pubblicata sulla rivista *Brain Connectivity* ha coinvolto 21 studenti universitari, ai quali è stato chiesto di leggere *Pompei* di Robert Harris, un romanzo thriller ambientato, nel 79 d.C., all'epoca della famosa eruzione del Vesuvio che colpì le città di Pompei, Ercolano e Stabia. Una volta iniziata la lettura del romanzo, i volontari sono stati sottoposti a scansioni di fMRI (risonanza magnetica funzionale per immagini) e sono stati monitorati per diciannove giorni consecutivi. Successivamente, per ulteriori nove giorni, è stato chiesto loro di leggere alcune specifiche parti del romanzo. Infine, dopo cinque giorni dal termine della lettura del romanzo, gli studenti sono stati sottoposti nuovamente a risonanza magnetica funzionale per immagini. Dalla comparazione dei risultati ottenuti dai diversi esami, i neuroscienziati hanno notato un aumento significativo della connettività nelle aree del cervello denominate 'solco centrale' o 'scissura di Rolando' e 'corteccia somatosensoriale', coinvolte nella creazione delle rappresentazioni sensoriali delle sensazioni fisiche e nel sistema di movimento, e 'corteccia temporale sinistra' specializzata nella comprensione del linguaggio. Questo dimostra che il romanzo consente al lettore di immedesimarsi letteralmente "nel corpo" e nei panni dei personaggi di cui legge e tale meccanismo causa l'attivazione di determinate reti neurali associate alle attività compiute.

Anche in Italia da qualche anno si sta registrando una maggiore sensibilità nei confronti della Libreroterapia. L'istituzione del Centro A.S.P.E.N (Associazione per la Salute e per la Psicologia nell'Emergenza e nella Normalità), sorto a Palermo nel 2002, e la Scuola italiana di Biblioterapia, istituita a Tivoli nel 2006, ne sono due validi esempi.

La Scuola italiana di Biblioterapia è una scuola *on-line* ed è, come già accennato, il primo ed unico sito web in Italia dedicato alla Libreroterapia. Essa realizza una serie di attività quali conferenze, workshop, corsi di formazione, convegni, tutti orientati alla promozione della lettura, all'analisi delle recensioni dei libri e all'approfondimento di alcune aree tematiche presenti nei libri analizzati. Inoltre, collabora con giornali specializzati, associazioni culturali, biblioteche, Enti pubblici e privati, librerie, case editrici, e grazie al loro aiuto promuove iniziative ed eventi che permettono ad anziani, adulti e giovani di familiarizzare con il mondo della Libreroterapia e di conoscere gli effetti positivi che essa può avere sul soggetto che la pratica.

Tuttavia è dal 1900 che la Libreroterapia viene impiegata nelle scuole, nelle carceri, nelle biblioteche, nelle aziende, negli ospedali e nelle cliniche psichiatriche.

L'attenzione alla Biblioterapia, all'interno delle carceri, ha trovato regolamentazione istituzionale con la L. 354/75¹ ed il successivo Regolamento di esecuzione

1 L. 354/75 (così come modificata sino alla L. 170/92), art. 12 commi 2 e 3, art. 16 c. 2, art. 19 c.5, art. 82 c.3.



emanato con D.P.R. 431/76. Grazie a queste disposizioni, il servizio di Biblioteca, e la relativa scelta dei libri e dei periodici, è affidato all'area educativa presente in ciascun Istituto penitenziario. A questa gestione partecipano anche i rappresentanti dei detenuti e degli internati (De Grossi, 2001).

Barbara Rossi, psicologa e psicoterapeuta, in *Biblioterapia. La lettura come benessere* (2009) racconta l'esperienza di Piergiovanni Sempio, un economista industriale che ha deciso di condividere il proprio amore per la lettura, conducendo periodicamente, in forma di volontariato, corsi di lettura e animazione culturale per gruppi di detenuti all'interno del carcere Opera-Milano. Tali corsi «hanno come finalità la creazione, all'interno del tempo “vuoto” che ogni detenuto vive all'interno del carcere, di un autentico spazio di autonomia e di libertà: libertà di scegliere, criticare, discutere, fantasticare, immaginare, sognare, confrontarsi sui temi del libro e su altre questioni» (p.60).

Quando la Libroterapia trova attuazione all'interno delle scuole può divenire un mezzo didattico utile alla promozione di un'educazione inclusiva della persona, all'aumento nei bambini della motivazione alla ricerca ed alla stimolazione della curiosità.

Lo dimostra l'iniziativa realizzata dalla scuola d'infanzia A. Celli di Roma, all'interno della quale è stato creato un laboratorio di lettura permanente sfruttando un'aula inutilizzata della scuola. A questi fini, l'aula è stata attrezzata con materiale di cancelleria, per i momenti grafico/manipolativi, con scaffali ad altezza di bambino per l'esposizione dei libri, con un grande tappeto, cuscini, tavoli e sedie. Attraverso l'osservazione dei bambini durante il laboratorio gli insegnanti hanno potuto comprendere il rapporto che i piccoli riescono ad instaurare con i libri, per poi “confezionare”, attraverso il gioco, la produzione di nuovi libri (Apolloni & Pagogna, 2016).

L'integrazione della Libroterapia, durante il successivo percorso scolastico, può essere d'aiuto sia per bambini che presentano disturbi specifici dell'apprendimento (DSA), sia per coloro che sono inclini al bullismo.

In questi casi, prima di utilizzare la Libroterapia, è importante seguire scrupolosamente alcuni passaggi: definizione del problema, determinazione delle sfide che si affronteranno, selezione dei libri da utilizzare, pianificazione delle attività di lettura guidata.

In caso di bullismo, in particolare, è da tenere presente che lo scopo generale dell'intervento educativo è la riduzione delle prepotenze e la promozione di clima sereno all'interno della classe. Obiettivi conseguibili attraverso la lettura di libri specifici che permettono l'analisi delle principali difficoltà relazionali presenti nel gruppo degli alunni.

«Ogni episodio di prepotenza è il segnale che qualcosa agli adulti è sfuggito, o perché non l'hanno visto o perché non ne hanno saputo coglierne il vero senso, configurandosi come errore di interpretazione» (Pizzileo, 2015, p. 25).

Nel caso di disturbi specifici dell'apprendimento quali dislessia, discalculia, disortografia, disgrafia, possono essere messi a punto dei percorsi libroterapici personalizzati. Tali percorsi consentono di intervenire sia sull'aspetto connesso al deficit, facilitando l'allievo nello svolgimento dei compiti, sia sull'aspetto psicologico, attenuando il senso di frustrazione dovuto alla mancanza di autostima che può scaturire da difficoltà incontrate nello svolgimento di alcune attività.

Altro luogo adibito allo sviluppo della Libroterapia è la biblioteca. La biblioteca è un luogo di socialità e confronto, di crescita e confronto per tutte le persone (AA.VV, 2015). Per questo motivo, la Libroterapia trova ampio spazio d'azione anche al suo interno: oltre a laboratori di lettura possono essere svolte anche conferenze a tema.



La Biblioteca comunale di Lamezia Terme ha prestato molta attenzione alla Libroterapia ed insieme al Comune ha aderito alla realizzazione della manifestazione annuale *Il Maggio dei libri 2016* con il progetto *Leggere fa Crescere*.

Il progetto prevedeva, all'interno della biblioteca comunale, la realizzazione di laboratori utili a far familiarizzare i bambini con la lettura e di laboratori di Libroterapia rivolti alle donne, che avevano come finalità principale la dimostrazione degli effetti benefici che si possono ricavare dalla lettura di un libro attraverso la promozione della lettura condivisa, l'interazione fra tipologie di pubblico diverse, l'utilizzo di luoghi visitati abitualmente.

Negli ultimi anni le biblioteche per pazienti ospedalizzati sono diventate una vera e propria realtà. A tal proposito, la Clinica Psichiatrica della Facoltà di Medicina e Chirurgia dell'Università di Catania adotta la Libroterapia per i propri pazienti nel trattamento della depressione; l'Arcispedale Santa Maria Nuova di Reggio Emilia ha istituito una biblioteca per offrire a pazienti e familiari aiuto e informazioni scientifiche; i Centri di salute mentale presenti in Puglia in collaborazione con il Centro per il Libro, aderendo al progetto *Librarsi*, hanno proposto la Libroterapia come metodo terapeutico.

Secondo Claudie Guérin (1998), uno dei criteri su cui basarsi per valutare il livello di accoglienza negli ospedali è la presenza o meno di una biblioteca ospedaliera che deve avere delle caratteristiche ben precise: attrezzatura mobile, sì da consentire agli operatori di portare i libri in camera a quei pazienti che non possono recarsi autonomamente in biblioteca, spazi ampi, confortevoli, luminosi ed accoglienti, ritmi regolari perché ogni paziente aspetta l'operatore per la lettura di un libro, in giorni e orari prefissati, rapporti di sinergia e collaborazione tra bibliotecari e personale medico, spazio a disposizione per poter scegliere un libro e leggerlo (Guérin, Poincaré, Reval, 1998)

Più di recente, la Libroterapia, oltre a trovare applicazione in diversi luoghi, ha assunto anche fisionomie diverse; si è iniziato a parlare di libroterapia aziendale, erotica, culinaria e regalo (Silvera, 2008).

La Libroterapia aziendale è nata in Italia nel 2000, per merito di Francesco Varanini (2007) che, per far tornare a riflettere sul senso del lavoro, sostituì i libri tradizionali di management, veri e propri manuali tecnici, con dei romanzi che riuscivano a suscitare emozioni nei lavoratori e li aiutavano ad essere propositivi nei confronti delle situazioni che quotidianamente dovevano affrontare.

Hillmann (1972/1991) considera la lettura di libri erotici un valido contributo che consente di tener vivo il rapporto amoroso dal punto di vista sessuale permettendo alla persona di sviluppare e mantenere viva la propria immaginazione, senza la quale la vita sessuale rischierebbe di soccombere.

La Libroterapia culinaria consiste nella lettura di libri che forniscono indicazioni sui cibi e sulle ricette da poter realizzare e stimolano il soggetto ad attivare la propria fantasia, mettersi in gioco, superare un periodo caratterizzato da stasi e apatia, sperimentare nuove pietanze o riproporre piatti ormai dimenticati.

Ricevere un libro come regalo può avere effetti benefici dal punto di vista terapeutico; infatti attraverso la lettura di un libro si può attenuare la malinconia o l'ansia in cui versa un soggetto in un periodo difficile della propria vita. «Regalare libri fa bene al cuore, ben lo sapeva Gabriele D'Annunzio che li faceva rilegare a bella posta in marocchino di svariati colori, fedele al motto: "io ho ciò che ho donato"» (Silvera, 2008, p. 68).

Ferdinando Galassi (2012), psichiatra e psicoterapeuta dell'ospedale Careggi di Firenze, sintomo dopo sintomo, titolo dopo titolo, ha passato in rassegna oltre 100 film e 100 libri, ed ha pubblicato un suo "personale ricettario" per «aiutarci a



superare (riflettendo nella maniera giusta) i nostri piccoli/grandi problemi psicologi» (p. 8).

In *Pillole di carta e celluloidi* Galassi propone, mantenendo una certa coerenza scientifica, una serie di “titoli” con tanto di “foglietto illustrativo” con tanto di indicazioni, proprietà, meccanismo d’azione, controindicazioni, effetti collaterali, posologia e avvertenze. «I libri e i romanzi scelti sono stati organizzati come una scheda farmacologica perché l’idea [...] era quella di pensarli come pillole stimolanti di benessere» (p. 8). Anche Ella Berthoud e Susan Elderkin (2013) hanno pubblicato un raffinato “ricettario” dal titolo *Curarsi con i libri. Rimedi letterari per ogni malanno*. Le scrittrici inglesi sono fermamente convinte che «qualunque sia il vostro disturbo, la nostra ricetta è semplice: un romanzo (o più di uno) da leggere a intervalli regolari. Alcuni trattamenti porteranno ad una completa guarigione. Altri invece vi porteranno semplicemente conforto, dimostrandovi che non siete soli [...]. A volte il rimedio è più efficace se assunto come audiolibro» (pp. 18-19).

Oggi l’utilizzo sempre più frequente della tecnologia è presente anche nella pratica libroterapia: il libro cartaceo, che è lo strumento per eccellenza della libroterapia, in alcuni casi viene sostituito da quello digitale (ebook).

«In un mondo che corre vertiginosamente e che ha fatto della perifrasi “scaricare da internet” una sorta di nuovo comandamento mediatico, la lettura [...] rappresenta un’ancora di salvezza alla dispersione di sé e al caos, un momento “sacro” di pausa e di riflessione, irrinunciabile» (Racci, p. 9).



2. BOOK e EBOOK

La nascita dell’ebook viene fatta risalire al 1971, anno in cui vide la luce il progetto Gutenberg ad opera di Michael Hart, ma già il 7 dicembre 1949, in Spagna, una maestra spagnola Ángela Ruiz Robles aveva registrato il brevetto (n° 190698) del primo prototipo di libro elettronico. L’invenzione, chiamata *Enciclopedia mecánica*, ideata dalla Robles con l’intento di alleggerire lo zaino dei suoi allievi, rappresentava una vera e propria rivoluzione e presentava tutte le caratteristiche tipiche dell’ebook odierno: insegnamento in diverse lingue, predisposizione di contenuti sonori, facilità di lettura e apprendimento piacevole (Ministerio de Economía y Competitividad & Ministerio de Educación, Cultura y Deporte, 2013).

L’ebook è un testo elettronico ragionevolmente esteso, accessibile attraverso un dispositivo hardware e un’interfaccia software che consentono una lettura comoda e agevole oltre che una fruizione completa e soddisfacente. Per poter essere letto necessita di alcuni supporti particolari chiamati ebook reader e di alcuni formati specifici (Meschini & Roncaglia, 2006). Alcuni ebook sono “formati proprietari”, cioè legati a specifici dispositivi e piattaforme software, altri (tanti) sono “aperti” nel senso che non sono di proprietà di una specifica azienda o produttore e per questo sono compatibili con vari device e software. Esiste una grande varietà di formati ma i più utilizzati sono TXT, PDF, PUB, AZW.

La diffusione del libro elettronico ha permesso di poter studiare ed analizzare le analogie e le differenze esistenti tra libro cartaceo ed ebook.

Le caratteristiche del libro elettronico possono essere considerate complementari a quelle dei testi tradizionali. I limiti di un mezzo, spesso, rappresentano i pregi dell’altro: i libri cartacei possono essere portati in numero limitato, mentre un tablet di piccole dimensioni può contenere un’intera biblioteca. Di contro, uno strumento per leggere deve essere periodicamente ricaricato, limite che evidentemente non esiste con riferimento al testo in formato cartaceo.

Tuttavia il libro elettronico si presta in modo particolare alle esigenze dell'educazione degli adulti o a quelle legate ai disturbi della lettura, in quanto consente «interattività, personalizzazione, flessibilità e multimedialità» (Ghislandi, 1994, p. 132).

Per quanto riguarda le affinità tra le due tipologie di libri, è importante evidenziare che entrambi hanno una dimensione tattile: nel primo caso si sfoglia la pagina cartacea, nel secondo si interagisce con lo schermo; inoltre entrambi sono condivisibili: i libri cartacei attraverso il prestito o la citazione di stralci del testo, gli ebook attraverso la condivisione diretta sui social media.

Le differenze, invece, sono da ravvisarsi sia nel contenuto sia nell'interpretazione: in un libro cartaceo, il contenuto di una data edizione è immutabile e una volta pubblicato non può essere modificato; di contro, il contenuto di un testo in ebook è flessibile, può essere modificato o aggiornato dall'autore in qualsiasi momento anche dopo la pubblicazione.

A mettere in guardia, però, dagli svantaggi legati alla flessibilità degli ebook, ci ha pensato Nicholas Carr (2011), in *Books That Are Never Done Being Written*. In questo articolo, pubblicato online dal *Wall Street Journal*, lo scrittore descrive un'esperienza personale di pubblicazione di un ebook con il servizio *Amazon Kindle Direct Publishing* che ha il limite di consentire a chiunque di pubblicare e vendere sul sito i propri ebook, senza intermediazioni.

Nel corpo dell'articolo, Carr dopo aver affermato i vantaggi legati alla velocità degli aggiornamenti offerti dal servizio «Then I got the urge to tweak a couple of sentences in one of the essays. I made the edits on my computer and sent the revised file back to Amazon. The company quickly swapped out the old version for the new one. I felt a little guilty about changing a book after it had been published, knowing that different readers would see different versions of what appeared to be the same edition. But I also knew that the readers would be oblivious to the alterations», pone l'accento sulle criticità relative all'interpretazione del contenuto di un libro «An e-book, I realized, is far different from an old-fashioned printed one. The words in the latter stay put. In the former, the words can keep changing, at the whim of the author or anyone else with access to the source file. The endless malleability of digital writing promises to overturn a whole lot of our assumptions about publishing».

Considerato lo sviluppo sempre più consistente della tecnologia, anche nel mondo dei libri, e l'importanza che la lettura riveste nel percorso esistenziale di ciascuna persona nelle diverse fasi della vita, è fondamentale che la ricerca scientifica non si limiti soltanto ad analizzare la relazione persona-lettura ma rilevi anche gli effetti posti in essere a livello cerebrale dall'utilizzo del libro nei due diversi formati. Se da un lato la tecnologia riscuote sempre più successo portando vantaggi come la velocità di trovare informazioni e la possibilità di poter accedere a un numero illimitato di informazioni in tempi brevi, dal punto di vista cerebrale sembrerebbe tuttavia che il cervello umano “prediliga” la lettura cartacea.

Sul punto, Nelson e O'Neil (2001) hanno dimostrato che è migliore la comprensione o il ricordo (Mayes, Sims, Koonce, 2001) di ciò che si legge su carta perché nella sua tradizionale semplicità questo tipo di format offre meno distrazioni. E. Wästlund, T. Norlander e T. Archer (2008) hanno confermato che la lettura su carta sia meno stancante fisicamente; infatti la carta riflette la luce naturale dell'ambiente circostante a differenza di computer e tablet che emettono una luce che può affaticare gli occhi. Secondo il professore Alessandro Antonietti (2014), la scrittura digitale condiziona l'aspetto periferico della lettura, cioè la capacità della persona di decodificare segni grafici. Il testo digitale, modifica, di fatto, alcuni col-



legamenti nei sistemi di percezione. La lettura sul monitor di un computer risulta quindi più faticosa con il risultato che il lettore tende a dimenticare velocemente ciò che ha letto. Lebook supera questo limite. Tali affermazioni sono state dimostrate da un'indagine svolta per l'Osservatorio permanente sui contenuti digitali presentata a Milano nel 2009. Lo studio ha evidenziato che il 14% di chi possiede un computer appare propenso a utilizzarlo per leggere un libro per motivi di studio/lavoro. La percentuale scende al 6% se si parla di contenuti di svago/intrattenimento. Più limitato il gradimento per l'e-book sul cellulare (4% per studio e lavoro, 2% per libri di svago). Nell'indagine è emerso anche che un italiano su tre potrebbe fare tranquillamente a meno di leggere libri (è il 34%, stabile rispetto al 2008). I giovani che farebbero a meno praticamente sia dei libri che di tutti i contenuti culturali sono anche di più: il 37% (erano il 32% nel 2008).

Un sondaggio di 755 utenti Internet tra il 28 ottobre e il 1 novembre 2010 condotto dal *Pew Research Center. Internet, Science & Tech* (2010) congiuntamente con l'*American Life Project Survey*, dal titolo *65% of internet users have paid for online content* ha rivelato che anche se le vendite di *E-reader* come il *Nook* e il *Kindle* crescono rapidamente, i giovani frequentano ancora le librerie più di quanto si possa pensare. Pertanto, i libri stampati restano ancora molto apprezzati.

I dati delle ricerche non permettono di poter affermare con assoluta certezza la superiorità del libro cartaceo sull'ebook o viceversa; esistono differenze strutturali e di forma fra le due tipologie di libri ma alla fine il principio è come ha affermato Pennac (1992/2005) «il verbo leggere non sopporta l'imperativo» (p. 1).

Il futuro del libro è imprevedibile, è difficile oggi prevedere il trend che si svilupperà fra libro digitale e cartaceo (Simon & Zatta, 2011). L'editoria digitale affiancherà quella tradizionale senza sovrapporsi?

Una strategia di business molto interessante, che permette di superare il binomio libro o ebook, è l'*e-book bundling*, cioè la vendita parallela di uno stesso titolo in cartaceo e digitale, dove l'acquisto di una copia consente anche di scaricare quella digitale (Cimicata, 2013).

Le innovazioni introdotte dall'ebook hanno avuto significative ripercussioni nell'universo librario. Di conseguenza, ciò ha aperto e stimolato una fase di riflessione ed attenta valutazione non soltanto in seno alle case editrici, direttamente coinvolte in questo processo di evoluzione tecnologica, ma anche nei professionisti che, a vario titolo, si avvalgono del libro come strumento compensativo e/o terapeutico.

Uno psicoterapeuta impegnato a praticare Libroterapia dovrà necessariamente familiarizzare anche con la realtà dell'ebook poiché può trovarsi nella condizione di dover prescrivere ad un paziente non un book ma un ebook.

Anche tutti quei professionisti che operano in ambito pedagogico, in particolar modo nel campo dei disturbi specifici dell'apprendimento e della disabilità sensoriale, potranno avvalersi dell'utilizzo dell'ebook per i loro trattamenti.

Uno studio pubblicato su *PLOS one* da un team di ricercatori, guidati dal Dottor Matthew Schneps (2013) del *Science Education Center dell'Harvard-Smithsonian Center for Astrophysics* (Usa), e condotto su 103 studenti dislessici delle scuole secondarie di secondo grado, ha dimostrato che «Computers are beginning to transform how people interact with the written word» (e75634). Gli studiosi hanno comparato la comprensione dei testi e la velocità nella lettura su supporto cartaceo e su e-reader, lettori digitali dedicati per libri e riviste elettroniche. Gli e-reader si sono dimostrati uno strumento compensativo efficace per le persone con dislessia, atteso che l'uso di caratteri chiari e ben spaziati, nonché la disposizione di pochi termini per ogni riga di testo, consentono di aumentare le capacità di lettura.



3. La Libroterapia contro il malessere emotivo della persona con dislessia

L'ICD-10 (OMS, 1992) e il DSM 5 (APA, 2013) classificano la dislessia come un Disturbo Specifico Dell'Apprendimento (DSA) che riguarda il processo della lettura.

Tale disturbo, così come gli altri DSA, è stato riconosciuto a livello normativo, per la prima volta con la legge nazionale n.170 del 2010 in cui viene sancita la necessità, a sostegno dei disturbi, di offrire supporti didattici adeguati.

«L'acronimo DSA, che corrisponde all'inglese *Learning Disabilities*, comprende un gruppo eterogeneo di disturbi relativi ad apprendimenti scolastici di base compromessi in maniera persistente, in assenza di deficit intellettivi, neurologici, sensoriali o affettivi ed in presenza di adeguate condizioni socio-culturali ed ambientali» (Curatola & Ciabrone, 2013, p. 18).

Le linee guida per la diagnosi prevedono una discrepanza tra le prestazioni attese in base all'età del bambino e quelle che, invece, vengono ottenute a livello scolastico.

Questa discrepanza può ovviamente ostacolare il percorso scolastico del bambino, soprattutto se non diagnosticata e seguita in maniera corretta: conseguenze comuni sono la scarsa motivazione allo studio, difficoltà di adattamento, ma soprattutto un forte senso di frustrazione (Capozzi, Casini, Romani, De Gennaro, et al., 2008).

In questo lavoro l'attenzione verrà focalizzata sulle problematiche emotive che vivono i soggetti dislessici con particolare riferimento all'infanzia e all'adolescenza.

Samuel Torrey Orton, neuropsichiatra americano nato nel 1879, «who was a pioneer in reading failure and related language processing difficulties; he also was the first to identify DYSLEXIA» (Turkington & Harris, 2006, p. 174), verificando come «secondo i suoi studi, la maggioranza dei bambini scolari destinati a diventare dislessici è felice e ben adattata. [...] I loro problemi emotivi cominciano a manifestarsi quando l'insegnamento formale della lingua scritta non si dimostra confacente al loro stile di apprendimento. Negli anni, la frustrazione cresce allorché si vedono sorpassati dai compagni nelle capacità di leggere (Ryan, 2006, p. 29).

Anche Michael Ryan (2006), studiò i meccanismi che stanno alla base del malessere psico-emotivo del soggetto dislessico e in un suo lavoro, intitolato *Problemi sociali ed emotivi collegati alla dislessia*, ne fece una descrizione dettagliata.

Secondo Ryan, ansia, frustrazione, rabbia, immagine di sé negativa, depressione, difficoltà nelle relazioni con i familiari, sono i principali problemi che spesso si manifestano nei soggetti dislessici.

La frustrazione nasce dalla sensazione di incapacità che provano nello svolgere dei compiti. Sentirsi incapaci provoca un profondo sentimento di rabbia che spesso tendono a manifestare soprattutto nei confronti dei genitori e in particolar modo nei confronti della figura materna.

Alcune ricerche, come quelle di W. Tabassam e J. Grainger (2002), hanno evidenziato che i bambini con disturbo specifico dell'apprendimento hanno una cattiva percezione di sé e non si sentono adeguatamente confortati e supportati a livello emotivo (Hall, Spruill, Webster, 2002). Pertanto, presentano un basso livello di autostima accompagnato dalla costante convinzione o paura di essere considerati "Stupidi" o "Pigri" (Palombo, 2001).

Durante il periodo dell'adolescenza, questi sentimenti negativi rischiano di sfociare nell'abbandono scolastico e in problematiche di carattere sociale (Gagliano, Germanò, Calarese, et al., 2007), con l'emergere di «stati di ansia, di frustrazione, senso di inferiorità, rabbia, sentimenti depressivi, scarso senso di autoefficacia e bassa autostima» (Addesso & Grandone, 2016, p. 69).



Il concetto di sé negativo, se non adeguatamente gestito, permane anche in età adulta (Mugnaini, 2015).

Nell'ambito della dislessia, l'ebook è considerato solo come strumento compensativo, valido facilitatore di lettura. Il libro/ebook con le sue potenzialità terapeutiche può anche aiutare le persone con dislessia ad affrontare tutte le problematiche emotive che molto spesso vivono: senso di inferiorità, frustrazione, solitudine, sconforto, rabbia e ansia.

Le persone con DSA possono avvalersi del libro per affrontare alcuni dei problemi emotivi finora descritti. Il libro, infatti, aiuta a lenire «il nostro infelice senso di inferiorità, oppure ci rincuora per le [...] vicende che ci appaiono tristi, ma a ben vedere e a ben leggere storie di altrui sofferenze, non lo sono affatto» (Silvera, 2007, p. 46). L'utilizzo del libro per finalità terapeutiche si sta diffondendo sempre con maggior rapidità. A conferma di tale assunto, basta citare il progetto *Well Books on Prescription (BOP)*, che ha preso avvio nel 2013 in Inghilterra, scaturito da una collaborazione tra la *Reading agency* e la *Society of chief librarians*. Il progetto mette a disposizione, in circa 130 biblioteche pubbliche, un catalogo di 30 libri di "auto-aiuto" raccomandati da specialisti nel settore delle malattie mentali.

In effetti, in Inghilterra, la prescrizione di libri contro depressione e ansia costituisce parte integrante di una terapia cognitivo-comportamentale (Williams, Wilson, Morrison, McMahon et al., 2013).

Come la psicologia, anche la pedagogia guarda sempre con maggiore attenzione e interesse alle problematiche emotive legate alla vita delle persone, in particolar modo per le fasce più deboli del sistema sociale. Così si tenta di attuare interventi mirati tramite i quali consentire alla persona di rielaborare la propria percezione di sé, anche al fine di contenere e successivamente eliminare la frustrazione, la rabbia, l'ansia, la bassa autostima.

La pedagogia narrativa e autobiografica può essere uno strumento efficace per le persone con DSA: attraverso il raccontarsi si può compiere un lavoro introspettivo utile per la risoluzione del malessere emotivo causato dalle difficoltà di apprendimento.

Narrare è il modo attraverso il quale l'essere umano può far conoscere un accaduto della propria vita e può acquisire consapevolezza di se stesso, del proprio valore, delle proprie potenzialità.

L'autobiografia è un processo narrativo, un cammino di formazione che la persona compie: nel narrarsi si fa carico di se stesso, si «prende cura della propria costruzione/maturazione e, insieme, pone a se stesso il problema della propria forma, della propria struttura, identità, specificità e la pone come struttura in itinere e aperta nel proprio definirsi e ridefinirsi» (Cambi, 2002, p. 85).

Sono molti i casi di persone con dislessia che hanno trovato nella narrazione autobiografica uno strumento educativo, formativo e di crescita personale, un canale per ritrovare se stessi ma anche per aiutare gli altri a non sentirsi soli. Tra questi, merita una citazione Giacomo Cutrera (2008), il quale nel *Demone Bianco. Una storia di dislessia* scrive che il libro è dedicato a quelli che come lui «avrebbero perso la propria vita sopra un libro senza riuscire a comprenderlo e senza capire che si può chiedere a qualcun altro (o qualcos'altro nel caso del sintetizzatore) di leggerlo, ma soprattutto tutti costoro sarebbero stati trattati come incapaci e fannulloni e presi dalla disperazione avrebbero rinunciato ad imparare. Io non volevo che la loro storia fosse la stessa che ho vissuto io e giurai che, a costo di dovermi recare personalmente in ogni scuola d' Italia, avrei fatto in modo che gli insegnanti capissero il problema e che mi sarei impegnato personalmente per fare in modo che anche ai dislessici sia data la possibilità di apprendere. Questa è la forza che



guida la mia mano e spero che questa storia possa trasmetterla a voi» (pp.15-16) o Richard Branson (2009) che ne *Il Business Diverte. L'autobiografia* dichiara «la dislessia fu un problema che mi accompagnò per tutta la vita scolastica. Oggi, per fortuna, grazie agli esercizi di concentrazione, le difficoltà più gravi le ho superate [...] anziché indugiare sui dettagli, mi accorgo di cogliere e sviluppare concetti attraverso l'immaginazione» (p. 27) o ancora Philip Schultz, poeta e scrittore di fama internazionale che nel 2008, con *Failure*, ha addirittura vinto il premio Pulitzer. Schultz ne *La mia dislessia. Ricordi di un premio Pulitzer che non sapeva né leggere né scrivere* riporta «La vita di un artista è per molti versi simile a quella di un dislessico. È nella natura di entrambi rendere il creatore una vittima, facendone un escluso e un disadattato. Se non fosse stato per la mia lotta con la dislessia, dubito che sarei mai diventato scrittore o che avrei mai saputo insegnare agli altri a scrivere» (scheda del libro/retrocopertina). Queste testimonianze dimostrano che la consapevolezza di sé si può sviluppare anche, come diceva Morin (2015), mediante l'aiuto degli *educati*. «[...] storie di ragazzi con dislessia e le loro conquiste possono aiutare a capire meglio e a intraprendere strade meno impervie» (Grasselli, Nera, Lucarelli, Consoni, 2015, p. 60).

A questo punto, una volta individuati, sebbene solo in minima parte, i testi che raccontano “chi” è riuscito, nonostante le difficoltà, ad affrontare le proprie sfide, non rimane che individuare “come” sia possibile che questi libri vengano letti mediante una “lettura silenziosa” (Wolf, 2007).

A riguardo, Maurizio Falghera (2013) suggerisce di utilizzare, durante la lettura, oltre agli occhi, anche le orecchie. Utilizzando contemporaneamente due diversi piani percettivi, il metodo della lettura + ascolto diventa uno strumento straordinario che consente di stimolare e accelerare i flussi cerebrali relativi all'informazione e di migliorare le funzioni di entrambi gli emisferi (Lionetti & Cole, 2004).

Il *Libro parlato*, in un siffatto contesto, rappresenta certamente una valida alternativa.

4. Libro Parlato: valido ausilio per i DSA

Il progetto *Libro parlato*, promosso nel 1975 dal Lions Club Verbania con il finanziamento base della “Fondazione Robert Hollman” di Amsterdam, si propone di rendere possibile la lettura a tutte quelle persone che, per vari motivi, possono trovarsi in situazioni di difficoltà.

Il “Lions Club di Verbania”, attraverso il programma *Libro Parlato*, ha realizzato un'audio biblioteca dedicata a ciechi, ipovedenti, ma anche ad anziani con difficoltà di lettura, disabili fisici e psichici, persone ospedalizzate o con dislessia (Forzoni, & Lions Club Valdichiana, 2016).

La creazione di un libro parlato chiamato anche audiobook richiede la messa in campo di molte competenze tecniche, pedagogiche, psicologiche.

La voce utilizzata per la lettura dei libri è spesso una voce umana, il narratore viene scelto sulla base di alcune precise peculiarità: timbro della voce, chiarezza nella lettura, rispetto della punteggiatura, atteggiamento non solenne.

L'importanza dell'utilizzo del libro parlato, anche da parte delle persone con dislessia, è stata altresì comprovata dai risultati ottenuti in una ricerca italiana intitolata *Il libro parlato per soggetti dislessici* svolta da Anna Dilani, Maria Luisa Lorusso e Massimo Molterni (2008) del Dipartimento dell'Istituto “E Medea” di Bosisio Parini (Lecco).

Alla ricerca, hanno preso parte quaranta ragazzi, con una diagnosi di dislessia



evolutiva, di età compresa tra gli 11 e i 16 anni. Tutti i partecipanti, che avevano già terminato qualsiasi forma di trattamento riabilitativo, dichiaravano di non aver mai utilizzato in precedenza gli audiolibri.

Sono stati costituiti due gruppi, composti da venti ragazzi ciascuno: un primo gruppo sperimentale, che ha utilizzato gli audiolibri, testi scolastici di storia, geografia, scienze e letteratura, oltre che un libro di narrativa, e un secondo gruppo di controllo, che ha invece proseguito il percorso scolastico con gli strumenti di studio normalmente adottati.

Dopo cinque mesi di sperimentazione, si è potuto verificare che i ragazzi i quali avevano utilizzato gli audiolibri, hanno riportato, rispetto al gruppo di controllo, un significativo aumento di livello degli interessi e delle motivazioni per lo studio, e una maggiore partecipazione alla vita scolastica. In particolare, l'utilizzo dei "Libri parlati" ha inciso profondamente sulla correttezza di lettura di un brano, sulla riduzione del disagio scolastico e dei problemi emotivo-comportamentali nei rapporti interpersonali con i compagni e i docenti.

Conclusioni

Alla luce dei risultati positivi ottenuti da queste ricerche, ancora una volta si può affermare che il libro, cartaceo o digitale che sia, è una risorsa per l'educazione e l'istruzione, forse anche una medicina contro molti dei malesseri esistenziali oggi presenti nella società del post-moderno legata allo sviluppo tecnologico avanzato. Tra gli altri, l'ebook, quando diventa "parlante", risulta capace di andare oltre la pura valenza compensativa e di diventare una valida terapia per tutti coloro che, per vari motivi, non possono rapportarsi con la lettura di un testo cartaceo.



Riferimenti bibliografici

- AA.VV. (2015). *La biblioteca è una bella storia. Parole, spazi, idee per stare insieme*. Milano: Edizioni Il Razzismo è una brutta storia.
- Accarisi M., Belotti M. (a cura di). (1994). *La biblioteca e il suo pubblico. Centralità dell'utente e servizi d'informazione*. Milano: Editrice Bibliografica.
- Adesso C. A., Grandone S. (2016). *Bisogni educativi speciali (BES)*. Sanarcangelo di Romagna: Maggioli.
- American Psychiatric Association – APA. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition*. Arlington, VA: American Psychiatric Association Publishing.
- Antonietti A. (2014). Psicologia della lettura del testo multimediale. In L. Pazzaglia (a cura di), *Educare nell'era digitale* (pp. 75-88). Brescia: La Scuola.
- Apolloni A., Pagogna D. (2016). *Libriamoci tutto l'anno*. Disponibile all'indirizzo <http://www.libriamociascuola.it> (17.8.2016)
- Arcuri L., De Grossi F., Scutellà G. (a cura di). (2001). *Il diritto di leggere: le biblioteche comunali romane in carcere*. Roma: Sinnos.
- Aristotele (1981). *La Poetica*. (D. Pesce trad.). Milano: Rusconi.
- Berns G. S., Blaine K., Prietula M. J., Pye B. E. (2013, December 9). Short- and Long-Term Effects of a Novel on Connectivity in the Brain. *Brain Connectivity*, 3(6), 590-600.
- Berthoud E., Elderkin S. (2013). *Curarsi con i libri. Rimedi letterari per ogni malanno*. (F. Stassi, a cura di). (R. Serrai, trad.). Palermo: Sellerio.
- Branson R. (2009). *Il Business Diverte. L'autobiografia*. (S. Bertoncini, trad.). Torino: Rubber Band.

- Calvino I. (2010). *Lezioni americane. Sei proposte per il prossimo millennio*. Milano: Mondadori (Original work published 1988).
- Cambi F. (2002). *L'autobiografia come metodo formativo*. Roma-Bari: Laterza.
- Capozzi F., Casini M.P., Romani M., De Gennaro L., Nicolais G.P., Solano L. (2008). Psychiatric comorbidity in learning disorder: analysis of family variables. *Child Psychiatry & Human Development*, 39, pp. 101-110.
- Carr N. (2011, December 31). Books That Are Never Done Being Written. *The Wall Street Journal*, Retrieved from https://www.wsj.com/articles/SB100014240529702038_93404577098343417771160 (26/09/2016)
- Celsus A. C. (1989). *De Medicina* (W. G. Spencer, trad.) The Birmingham, Alabama: Classics of Medicine Library, Gryphon Editions. (Original work published 25 a.C. – 50 d.C.).
- Cimicata M. (2013). *Making More Money from eBooks Through Strategic Pricing and Bundling*. Lulu Press (5.11.2016).
- Curatola A., Cimbrone R. (2013). *Complessità e multifattorialità dei Dsa*. Roma: Anicia.
- Cutrera G. (2008). *Demone Bianco. Una storia di dislessia*. Ebook retrieved from http://www.impegnocivile.it/progetti/BreakingBarriers/Documenti/demone_bianco_Giacomo%20Cutrera.pdf (15.08.2016).
- De Grossi F. (2001). *La convenzione biblioteche-carceri di Roma*. In L. Arcuri, F. De Grossi, G. Scutellà (a cura di), *Il diritto di leggere: le biblioteche comunali romane in carcere*. Roma: Sinnos.
- Dilani A., Lorusso M.L., Molterni M. (2008 maggio). Utilizzazione di testi registrati (i "libri parlati") da parte di preadolescenti e adolescenti dislessici: ricadute sull'adattamento psicosociale. *Dislessia*, 5 (2), 183-194.
- Falghera M. (2013). *Lettura+ascolto: Come migliorare l'apprendimento linguistico, emotivo ed empatico con gli audiolibri*. Zovencedo: Il Narratore Srl.
- Forzoni M., Lions Club Valdichiana (2016). *Libro parlato- in aiuto di non vedenti, ipovedenti e dislessici*. Disponibile all'indirizzo <http://lions108la.it> (5.11.2016)
- Gagliano A., Germanò E., Calarese T., Magayù A., Grosso R., Siracusano R.M., Cedro C. (2007). Le comorbidity nella dislessia: studio di un campione di soggetti in età evolutiva con disturbo di lettura. *Dislessia*, 4, 27-45.
- Galassi F. (2012). *Pillole di carta e celluloidi*. Libri e film per curare la propria mente. Milano: Franco Angeli.
- Ghislandi P. (1994). Libri, Biblioteche e Multimedia. In M. Accarisi, M. Belotti (a cura di), *La biblioteca e il suo pubblico. Centralità dell'utente e servizi d'informazione*. Milano: Editrice Bibliografica.
- Grasselli B., Nera M. M., Lucarelli C., Consoni D. (2015). *Potenziamento "abilitante" nei disturbi specifici di apprendimento. Monitoraggio e arricchimento del linguaggio e del desiderio della lettura*. Roma: Armando.
- Gubert B. K. (1993, Feb.). Sadie Peterson Delaney: Pioneer Bibliotherapist. *American Libraries*, 24 (2), 124-130.
- Guérin C., Poincaré R., Revial M. (1998). De l'importance de la médiathèque en milieu hospitalier. *Tous droits réservés*, 181, 63-65.
- Hall C. W., Spruill K.L., Webster R.E. (2002). Motivational and attitudinal factors in college students with and without learning disabilities. *Learning Disability Quarterly*, 25, 78-86.
- Hillmann J. (1991). *Il mito dell'analisi*. (A. Giuliani, trad.). Milano: Adelphi (Original work published 1972).
- Kidd D. C., Castano E. (2013, oct. 18). Reading Literary Fiction Improves Theory of Mind. *Science*, 342 (6156), 377-380.
- Legge n. 170 dell'8 ottobre 2010, *Nuove norme in materia di disturbi specifici di apprendimento in ambito scolastico* (GU n. 244 del 18-10-2010).
- Lionetti T. M., Cole C. L. (2004 May). A comparison of the effects of two rates of listening while reading on oral reading fluency and reading comprehension. *Education and Treatment of Children*, 27 (2), 114-129.
- Mayes, D.K., Sims, V.K., Koonce, J.M., (2001). Comprehension and workload differences for VDT and paper-based reading. *International Journal of Industrial Ergonomics*, 28 (6), 367-378.
- McChord Crothers S. (1916, September). A Literary Clinic. *The Atlantic Monthly*, 118 (3), 291-30.

- Mencacci C. (2008). *Anche un romanzo può salvare la vita*. Disponibile all'indirizzo http://www.corriere.it/salute/08_luglio_26/romanzi_salvanto_vita_1ac8a0fa-5b10-11dd-95e7-00144f02aabc.shtml (24.9.2016)
- Menninger W. C. (1936). Psychiatric hospital therapy designed to meet unconscious needs. *American journal of Psychiatry*, 93(2), 347-360.
- Meschini F., Roncaglia G. (2006). E-book per gli studenti: problemi di supporto, di formato e di distribuzione. In S. Sangiorgi, A. Merlo (a cura di), *E-book: risorse attuali e prospettive future*. Roma: AIDA.
- Ministerio de Economía y Competitividad & Ministerio de Educación, Cultura y Deporte. (2013). *Ángela Ruíz Robles y la invención del libro mecánico*, Madrid: DiScript Preimpresión.
- Miur. (2011). *Linee Guida per il diritto allo studio*. allegate al D.M. 12 luglio 2011.
- Morin E. (2015). *Insegnare a vivere. Manifesto per cambiare l'educazione*. Milano: Raffaello Cortina.
- Mugnaini D. (2015). Ansia, depressione e altri problemi psicologici nella dislessia. In E. Ghidoni, G. Guaraldi, E. Genovese (a cura di), *Giovani adulti con DSA. Diagnosi, aspetti psicologici e prospettive di sviluppo*. Trento: Erickson.
- Nelson L., O'neil F. (2001). Electronic monographs in the academic library: an implementation story. *Lasie*, 32 (2/3), 13-20.
- Organizzazione Mondiale della Sanità (1992). *ICD-10: Decima revisione della classificazione internazionale delle sindromi e disturbi psichici e comportamentali*. Milano: Masson.
- Palombo J. (2001). *Learning disorders and disorders of the self in children and adolescents*. New York: Norton.
- Pappadia A. (2009). Un libro può cambiare il corso della vita. In B. Rossi (a cura di), *Biblioterapia. La lettura come benessere* (pp. 43-45). Molfetta: La Meridiana.
- Pennac D. (2005). *Come un romanzo* (Y. Melaouah, trad.). Milano: Feltrinelli (Original work published 1992).
- Petersson C. (2014). Biblioterapi i ett litteraturvetenskapligt perspektiv. *Tidskrift för litteraturvetenskap*, 44 (1), 55-65.
- Pew Research Center. Internet, Science & Tech. (2010, December 30). *65% of internet users have paid for online content*. Retrieved from <http://www.pewinternet.org/2010/12/30/65-of-internet-users-have-paid-for-online-content/>. (10.09.2016).
- Pizzileo F.P. (2015) *Libroterapia e bookcounseling, il dottore mi ha prescritto un libro e ora sto bene*. Lecce: Circolo Virtuoso.
- Proust M. (1906). Préface. In J. Ruskin. *Sésame et les lys, Des jardins des Reines*. Paris: Société du Mercure de France.
- Proust M. (1988). *Sur la lecture*. Arles: Actes Sud.
- Racci M. (2013). *Iniziazione alla Libroterapia*. Roma: Mediterranee (Original work published 2009).
- Rossi B. (2009) *Biblioterapia. La lettura come benessere*. Molfetta: La Meridiana.
- Ruskin J. (1906). *Sésame et les lys, Des jardins des Reines* (M. Proust, trad.). Paris: Société du Mercure de France.
- Ryan M. (2006). *Problemi sociali ed emotivi collegati alla dislessia*. Trento: Erickson.
- Schneps M. H., Thomson J. M., Chen C., Sonnert G., Pomplun M. (2013. September 18). E-Readers Are More Effective than Paper for Some with Dyslexia. *PLoS one*. 8(9): e75634. Retrieved from <http://doi.org/10.1371/journal.pone.0075634> (9/11/2006)
- Schultz P. (2015). *La mia dislessia. Ricordi di un premio Pulitzer che non sapeva né leggere né scrivere*. Roma: Donzelli.
- Silvera M. (2008). *Libroterapia. Un viaggio nel mondo infinito dei libri, perché i libri curano l'anima*. Firenze: Salani.
- Simon H., Zatta D. (2011). *I trend economici del futuro. Come cambieranno le imprese nel prossimo decennio*. Milano: Gruppo il Sole 24 ore
- Tabassam W., Grainger J. (2002). Self-concept, attributional style and self-efficacy beliefs of students with learning disabilities with and without attention deficit hyperactivity disorder. *Learning Disability Quarterly*, 25, 141-151.
- Turkington C., Harris J. (2006). *The Encyclopedia of Learning Disabilities*. New York: Facts On File (Original work published 2002).



- University of Gothenburg. (2013, October 21). Fiction reading as medicine. *ScienceDaily*. Retrieved November 16, 2016. Retrieved from www.sciencedaily.com/releases/2013/10/131021094728.htm
- Varanini F. (2007). *Leggere per lavorare bene, nuovi romanzi per i manager*. Venezia: Marsilio.
- Wästlund E., Norlander T., Archer T. (2008). The Effect Of Page Layout On Mental Workload: A Dual-Task Experiment. *Computers In Human Behavior*, 24(3), 1229-1245.
- Williams C., Wilson P., Morrison J., McMahon A., & al. (2013 Jenuary). Guided Self-Help Cognitive Behavioural Therapy for Depression in Primary Care: A Randomised Controlled Trial. *PLoS One*. 8 (1). e52735.
- Wolf M. (2007). *Proust e il calamaio. Storia e scienza del cervello che legge*. Milano: Vita e Pensiero.

