

ART WORKS

Een (werk)boekje ter
kennismaking met
beeldende therapie

Ingrid Péntzes

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met de auteur via ingrid.penzes@xs4all.nl

© Ingrid Péntzes, 2020

drukwerk: GVO Drukkers & Vormgevers, Ede
cover en layout: Loes van de Kraats - Kema

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of op enige andere manier zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur.

INHOUD

Voordat je begint te lezen...	5
1. Ervaringsgericht werken met beeldend materiaal	7
Opdracht 1	8
2. Beeldend werken: materiaalinteractie & beeldend product	13
Opdracht 2	13
Opdracht 3	15
Opdracht 4	18
Kort nawoord	21
Referenties	23

VOORDAT JE BEGINT TE LEZEN...

...stel ik me graag kort aan je voor.

Mijn naam is Ingrid Pénzes, van origine beeldend therapeut en gezondheidswetenschapper (geestelijke gezondheidskunde), en werkzaam als docent en onderzoeker op de bachelor- en masteropleiding Vaktherapie. Het snijvlak tussen praktijk, onderwijs en onderzoek is één van de belangrijkste drijfveren in mijn werk.

Ik ben gepromoveerd op onderzoek naar de relatie tussen de beeldende kunstvormen geestelijke gezondheid van volwassenen. Hoe beeldend werken ingezet kan worden voor behandeling, training, preventie, observatie en diagnostiek is mijn passie, en breng ik graag bij een breed publiek onder de aandacht.

Je hoeft niet 'ziek' te zijn om beter om te leren gaan met de uitdagingen die het leven met zich meebrengt. Door beelden te maken (bijvoorbeeld door te tekenen of schilderen), wordt zichtbaar waar en waardoor iemand vastloopt. Beeldend werken haalt iemand uit zijn comfortzone waarin nieuwe ervaringen worden opgedaan en situaties vanuit verschillende perspectieven kunnen worden bekeken. Beeldend werken daagt uit mogelijkheden te verkennen, ontwikkelruimte te ontdekken en het probleemoplossend vermogen te vergroten. Hierdoor kan iemand beter omgaan met (alledaagse) uitdagingen.

Beeldende therapie wordt daarom niet alleen als behandelvorm bij verschillende leeftijds- en doelgroepen¹ ingezet, maar in toenemende mate ook in de context van onderwijs, training en preventie. En regelmatig krijg ik de vraag wat beeldende therapie precies inhoudt. Deze vragen komen van o.a. professionals in de klinische praktijk, onderwijs en HR. Maar ook van leerlingen van het middelbare onderwijs die op het punt staan een studiekeuze te maken.

Vandaar dit boekje: om een eerste beeld te schetsen van beeldende therapie.

En omdat beeldend werken per definitie ervaringsgericht is, wissel ik tekst af met beeldende opdrachten. Het is daarom een *werk* boekje. We gebruiken hiervoor het potlood dat bij dit boekje

¹ Omdat mijn expertise ligt op het werken met volwassenen, zal hier in dit boekje de focus op liggen. Maar de basiskennmerken laten zich vertalen naar andere groepen.

zit, maar daar kom ik later nog op terug.

Wellicht heb je daar nu meteen al zin in: prima!

Je zou echter ook niet de eerste zijn die denkt: "Ik ben helemaal niet creatief" of "Ik kan niet tekenen". Laat me je in dat geval gerust stellen: in beeldende therapie gaat het helemaal niet om 'iets moois' maken. Vooral de weg er naar toe, het makingsproces, doet er toe. In die zin is het ook helemaal niet erg als het al (heel) lang geleden is dat je voor het laatst hebt getekend of geschilderd, integendeel!

Wat ik wél van je vraag is een open vizier en de durf je er maar gewoon 'aan te wagen'.

Tijdens deze opdrachten staat de interactie tussen jou en het beeldend materiaal centraal. Er is, zoals normaal gesproken, geen therapeut² bij die observeert wat je doet en waarmee je samen kunt reflecteren. Daarom worden na iedere opdracht een aantal vragen gesteld en wordt steeds de link gelegd met beeldende therapie.

We maken hierbij gebruik van nog een ander specifiek basiskenmerk van beeldende therapie, namelijk dat het beeldend product, in dit geval de tekeningen, zichtbaar en tastbaar blijven. Hierdoor kun je erop terug kijken en er desgewenst op reflecteren, ook met iemand anders.

Ik zou je willen adviseren om in dit boekje te lezen en werken in een voor jou prettige omgeving. Waarin je niet teveel afgeleid wordt (telefoon, tv, radio, computer, enz.) en waarin je de tijd, rust en aandacht kunt hebben.

Beeldende therapie kent, vanwege de methodische toepassing van een grote verscheidenheid aan beeldende materialen en technieken, een grote variatie aan mogelijkheden voor het op gang brengen en ondersteunen van verandering-, ontwikkel-, aanvaarding- en acceptatieprocessen. Die rijkheid zal in dit boekje niet helemaal tot zijn recht kunnen komen. Desalniettemin hoop ik dat je na het lezen van dit boekje een duidelijk(er) beeld hebt van beeldende therapie en de eventuele mogelijkheden voor jou.

2 Een beeldend therapeut is een professional met een erkende vaktherapeutische bachelor- of masteropleiding.

1. ERVARINGSGERICHT WERKEN MET BEELDEND MATERIAAL

Gedrag, en de wijze waarop mensen omgaan met (alledaagse) uitdagingen, wordt vooral bepaald door processen die zijn gebaseerd op ervaringen. Die processen, en dus gedrag, laten zich voornamelijk beïnvloeden door het opdoen van nieuwe ervaringen³. Maar ja, hoe doe je dat?

In het beeldend werken worden dezelfde processen geactiveerd die verantwoordelijk zijn voor het aansturen van gedrag in alledaagse situaties⁴. Beeldende therapie hanteert een ervaringsgerichte aanpak door methodisch gebruik te maken van beeldend materiaal zoals potlood, verf, klei en steen om individuele doelen van verandering, ontwikkeling, stabilisatie of acceptatie te realiseren.

Binnen beeldende therapie wordt gebruik gemaakt van alle soorten beeldend materiaal en bijbehorende schilder-, teken- en beeldhouwtechnieken. Deze hebben ieder hun eigen kenmerken. Deze kenmerken leiden tot verschillende fysieke, emotionele of cognitieve ervaringen⁵. Sommige materialen en technieken geven veel houvast, zoals het tekenen met een potlood; hiermee kun je makkelijk 'sturen' en controleren wat je maakt. Dit zou eerder tot 'cognitieve' ervaringen leiden. Andere materialen en technieken zijn vloeiender en bieden veel minder houvast, zoals nat-in-nat werken met waterverf of gekleurde inkt. Dit zou eerder tot 'affectieve' ervaringen leiden.

Het potlood

Bij dit boekje is alvast een beeldend materiaal toegevoegd; een tekenpotlood. Het heeft, afhankelijk van de hardheid van het potlood, meer of minder toepassingsmogelijkheden; een zacht potlood

3 O.a.: Baas, De Dreu &, Nijstad, 2015; Cozolino, 2017a/b; Damasio, 2017; Dijksterhuis, 2008; Ritter, van Baaren & Dijksterhuis, 2012; Porges, 2017a/b

4 o.a. Damasio, 2017; Smeijsters, 2008, 2012; Stern, 2010

5 O.a. Haiblum- Itskovitch, Czamanski-Cohen, & Galili, 2018; Hinz, 2009, 2015; Moon Hyland Moon, 2010; Pénzses, van Hooren, Dokter, Smeijsters, & Hutschemaekers, 2014; Snir & Regev, 2013.

laat zich uitvegen, is makkelijker met de zijkant van de punt te gebruiken, en je kunt er makkelijker licht- en donkerverschillen mee aanbrengen door er harder of zachter op te duwen. Met een hard potlood kan dat niet of moeilijker.

Kleurpotloden voegen kleur toe, maar vergeleken met bijvoorbeeld verf, laat kleur zich moeilijker mengen (het kan wel door in verschillende richtingen verschillende kleuren over elkaar op te brengen).

Opdracht 1

De volgende pagina is blanco gelaten. Teken gewoon maar eens iets, het maakt niet uit wat en het maakt ook niet uit hoeveel tijd je neemt. Bepaal zelf wanneer je stopt met tekenen. Je kunt het potlood gebruiken dat bij dit boekje is toegevoegd. Dat is een B2 potlood, dus iets zachter dan een gewone tekenpotlood. Gebruik geen gum.

Vragen n.a.v. de opdracht

Wat was je eerste reactie op de opdracht (wat dacht je, wat voelde je?)

Hoe ben je aan de slag gegaan? Ging je meteen aan de slag? Of dacht je eerst (lang/kort) na?

Vond je het plezierig om te doen? Wat vond je plezierig en wat niet/minder?

Toelichting

Potlood is materiaal dat voor veel mensen bekend is. Dat is vertrouwd. Toch is de vorige opdracht voor velen niet gemakkelijk. Laten we eens stil staan bij hoe dat komt.

Potlood nodigt uit om te tekenen. In combinatie met een hele open instructie (teken maar wat) zet dit aan tot 'denken'⁶ ("wat zal ik dan eens gaan tekenen?"). Was dat bij jou ook het geval?

Sommige mensen vinden dit prettig, bijvoorbeeld omdat ze graag tekenen, daar vaardig in zijn, snel een idee hebben dat ze kunnen uitvoeren, enz. Sommige mensen vinden dit minder plezierig, bijvoorbeeld omdat ze het lastig vinden te bepalen wat te tekenen of denken dat ze 'iets moois' moeten tekenen. Zeker voor mensen die neigen tot perfectionisme kan dit best lastig zijn. Dit wordt nog eens versterkt door het ontbreken van een gum waardoor geen correcties gemaakt kunnen worden. Er kunnen zelfs gedachten of gevoelens van onzekerheid of spanning ontstaan.

Hoe was dat voor jou?

6 Pénzés, Engelbert, Heidendaal, Fikke, Oti, de Jong, & van Hooren (in voorbereiding).

Bij aanvang van een therapie of training kan een beeldend therapeut een dergelijke opdracht geven om bewust een lichte 'stress-situatie' te creëren⁷. Het is dan met name interessant om te observeren hoe iemand met een dergelijke stress-situatie omgaat (bijvoorbeeld vermijden, zich er snel van afmaken, heel veel moeite doen, gespannen raken of er met open vizier aan beginnen en maar zien waar het schip strandt, enz.). De beeldend therapeut kan ervoor kiezen om vervolgens met diegene te bespreken of hij deze aanpak herkent in alledaagse stress-situaties. Hoe zou jij jouw reactie op deze opdracht beschrijven?

Na één opdracht kun je natuurlijk nog geen conclusies trekken; pas als reactiepatronen zich herhalen in uiteenlopende situaties wordt duidelijk waar iemand mogelijk vastloopt.

We weten op basis van onderzoek dat balans tussen verstand en gevoel, oftewel cognitie en affect, bijdraagt aan gezondheid. In de praktijk zien we vaak dat er sprake is van disbalans waarbij iemand moeite heeft om cognitief te reageren en gevoelens de boventoon laat voeren, ofwel moeite heeft gevoel te herkennen en te uiten en cognitie de boventoon laat voeren. Gebruik kunnen maken van beide, en daarmee flexibel af te kunnen stemmen op uiteenlopende situaties draagt bij aan gezondheid; veerkracht en psychologische flexibiliteit⁸, oftewel adaptief vermogen.

We weten ook dat in het beeldend werken dezelfde processen worden geactiveerd als die het gedrag en adaptief vermogen bepalen, en dus van invloed zijn op gedrag in alledaagse situaties en het kunnen reageren op uitdagende situaties. En we weten ook dat deze processen vooral te beïnvloeden zijn door het opdoen van nieuwe ervaringen. Niet zomaar, willekeurige, ervaringen, maar specifieke ervaringen gericht op het verbeteren van adaptief vermogen. En dat is niet alleen zinvol als je ziek bent!

Door het ervaringsgericht karakter geeft het beeldend werken zicht op waar iemand op of door vastloopt. Op basis van deze voorkeuren en/of blokkades die iemand heeft, kan de beeldend therapeut gericht beeldend materialen en technieken inzetten

7 Het mag duidelijk zijn dat dit geen opdracht is die een therapeut inzet bij aanvang van een therapie met iemand die juist gebaat is bij stabilisatie (denk bijvoorbeeld aan acute opnames).

8 O.a. Pénzes, van Hooren, Dokter, & Hutschemaekers, 2018, 2020; Siegel, 2010, 2012, 2017.

om iemand in de gelegenheid te stellen andere ervaringen op te doen en zodoende de balans te herstellen. Door beeldend te werken word je uitgedaagd om je op onbekend terrein te bevinden en daarin je mogelijkheden te verkennen en ontwikkelruimte te ontdekken. Dit vraagt open staan voor nieuwe ervaringen; je zelf uitdagen en ontwikkelen zodat je verder komt in je persoonlijke ontwikkeling.

2. BEELDEND WERKEN: MATERIAALINTERACTIE & BEELDEND PRODUCT

Behalve dat beeldend werken zicht geeft op de (dis) balans tussen 'verstand' en 'gevoel', geeft het ook zicht op de potentie die iemand heeft om te komen tot ontwikkeling, verandering enz. Van oudsher benadrukt de beeldende therapie de 'gezonde' kant van iemand.

Om zicht te krijgen op iemands potentiële ruimte voor ontwikkeling, weten we⁹ dat niet zozeer de inhoud van een beeldend product van belang is, maar vooral de wijze waarop het tot stand is gekomen. Dus niet zozeer *wat* iemand maakt als wel *hoe* iemand het maakt. De beeldend therapeut observeert de wijze waarop iemand beeldend werkt, specifiek gericht op hoe iemand het materiaal hanteert en interacteert met de eigenschappen van het materiaal.

Opdracht 2

Kijk eens terug naar wat je hebt getekend bij opdracht 1. Hoe heb je gewerkt?:

- Heb je grote of kleine bewegingen gemaakt (in acht nemend dat het papier relatief klein is!)
- Heb je veel of weinig kracht gebruikt?
- Heb je het papier gevuld?
- Heb je veel herhalende bewegingen gemaakt?

9 O.a. Hinz, 2009, 2015; Pénczes, van Hooren, Dokter, & Hutschemaekers, 2018, 2020

- Heb je meer planmatig/ordenend gewerkt, of juist wat meer spelend/ experimenterend?
- Heb je snel of langzaam gewerkt, of heb je daarin afgewisseld?
- Heb je vooral lijnen, of vlakken gemaakt?
- Heb je gebruik gemaakt van de eigenschappen van het potlood? Zo ja, waar zie je dat aan?

Opdracht 3

Op de volgende pagina staat een tekening van een landschap. Gebruik het potlood dat bij dit boekje zit. Vul ieder vlak op een andere manier, bijvoorbeeld door het gebruik van verschillende texturen (stippelen, krassen, lijnen, enz.) en verschillende hantering (hard-zacht, dik-dun, recht-vloeiend, enz.).



Vragen n.a.v. de opdracht

Wat was je eerste reactie op de opdracht (wat dacht je, wat voelde je?)

Hoe ben je aan de slag gegaan? Ging je meteen aan de slag? Of dacht je eerst (lang/kort) na?

Vond je het plezierig om te doen? Wat vond je plezierig en wat niet/minder?

Hoeveel variaties in het gebruik van het potlood heb je toegepast in het landschap?

Toelichting

De wijze waarop iemand het materiaal hanteert en vooral de mate waarop hij gebruik maakt van, en afstemt op de eigenschappen van het beeldend materiaal geven zicht op de ruimte die iemand heeft om zich verder te ontwikkelen¹⁰; zijn adaptief vermogen. Naarmate iemand meer kan variëren, spelen en experimenteren met een materiaal, des te groter de kans dat hij:

- nieuwsgierig is en zich open stelt voor nieuwe ervaringen,
- minder bang is om fouten te maken,
- meer risico's durft te nemen/ meer durft uit te proberen in nieuwe situaties,
- aandacht heeft voor en makkelijker af kan stemmen op verschillende situaties, taken en personen, en daarbij kan switchen tussen cognitieve controle en het toelaten en uiten

10 Pénzes, van Hooren, Dokter, & Hutschemaekers, 2018, 2020

- van emoties,
- situaties vanuit meerdere perspectieven kan bekijken,
- keuzes kan maken en daarnaar handelt,
- durft af te wijken van de gebaande wegen om zodoende te ontdekken,
- en een groter probleemoplossend vermogen heeft.

De mate waarin iemand kan variëren geeft dus iets aan over zijn adaptief vermogen. Dit wordt zichtbaar in de wijze waarop iemand het beeldend materiaal ter hand neemt; de zgn. materiaalinteractie. Kijk eens naar de antwoorden die je hebt gegeven bij opdracht 2. Het is dan met name interessant om te kijken naar de mate van variatie in beweging, kracht, tempo, lijnvoering enz. Hoe zou jij jouw materiaalinteractie beschrijven?

Vooraf de mate waarin iemand de eigenschappen van het materiaal heeft gebruikt is waardevol bij het inschatten van iemands adaptief vermogen. Heeft iemand het materiaal op verschillende manieren toegepast, heeft hij ermee kunnen spelen en experimenteren? Heeft iemand het materiaal vooral proberen te sturen (ook als dat eigenlijk helemaal niet kan, zoals bij een vloeidend materiaal als waterverf)? Of was juist het materiaal 'in the lead' en kreeg iemand er geen grip op? Eerlijk is eerlijk, potlood is niet het gemakkelijkste materiaal om op verschillende manieren uit te proberen. Hoeveel variaties heb jij kunnen aanbrengen bij opdracht 1? En bij opdracht 3?

In beeldende therapie helpt de observatie van de materiaalinteractie om een indruk te krijgen van iemands adaptief vermogen. Op basis van één opdracht kan dat natuurlijk niet. Het heeft de voorkeur om iemand meerdere keren te laten werken met beeldende materialen met verschillende eigenschappen. Pas dan kunnen patronen herkend worden. We weten dat personen die minder variëren (bijvoorbeeld omdat ze verschillende materialen op dezelfde wijze hanteren), doorgaans minder adaptief vermogen hebben; ze zitten dan vaster in bepaalde ingesleten patronen.

Beeldend werken kan dan helpen door iemand, stapsgewijs en mits de draagkracht van iemand dit toelaat¹¹, uit zijn comfortzone te halen en nieuwe mogelijkheden te zien, te spelen, experimenteren en nieuwe of andere mogelijkheden te ontdekken in een veilige situatie. Deze ervaringen hebben, zoals je in deel 1 van het boekje al hebt gelezen, invloed op de processen die gedrag beïnvloeden, zodat iemand beter leert omgaan met (alledaagse) uitdagingen.

Daarnaast wordt variatie zichtbaar in het beeldend product. Als iemand verschillende bewegingen heeft gebruikt, dan zie je dit in de lijnvoering van het beeldend product, zoals gebogen en rechte, korte en lange, en doorgetrokken en onderbroken lijnen. Als iemand heeft gevarieerd in de kracht, dan zie je dit in dikke en dunnere lijnen en/of in donkere en lichtere vlakken. Het tempo waarin gewerkt is, wordt zichtbaar in de dynamiek van een beeldend product; oogt het rustig of spat het van het papier af? Doordat het beeldend product zichtbaar is, kan iemand hier afstand van nemen en eventueel (samen met de therapeut) op reflecteren.

Opdracht 4

De volgende pagina is weer blanco gelaten. Herhaal opdracht 1: Teken gewoon maar eens wat, het maakt niet uit wat en het maakt ook niet uit hoeveel tijd je neemt. Bepaal zelf wanneer je stopt met tekenen. Gebruik geen gum.

Je mag daarbij, op basis van je analyse van opdracht 1, proberen jezelf uit te dagen het anders te doen en te variëren in lijnvoering, beweging, tempo, kracht, ritme enz.

¹¹ Iemand uit zijn comfortzone halen, is vooral in de context van training en onderwijs aan de orde. In therapie is dit niet altijd en voor iedereen geschikt, o.a. omdat gedragspatronen, hoe disfunctioneel soms ook, iemand kunnen helpen zich staande te houden. In beeldende therapie wordt daarom altijd een zorgvuldige afweging gemaakt of de focus kan komen te liggen op verandering en ontwikkeling of juist op aanvaarding en acceptatie.

Vragen n.a.v. de opdracht

Heb je anders gewerkt dan bij opdracht 1?

Zo ja, wat was het verschil (beweging, tempo, kracht, lijnvoering, enz)?

Ziet de tekening er anders uit dan de tekening bij opdracht 1?
Waar zitten overeenkomsten?

Waar zitten verschillen? (beweging, dynamiek, variatie)

KORT NAWOORD

Ik wil nogmaals benadrukken dat, binnen de scope van dit boekje, niet de gehele rijkheid en complexiteit van het beeldend werken in behandeling, onderwijs, training en preventie uiteen gezet kon worden. Desalniettemin, hoop ik dat het boekje heeft bijgedragen aan een duidelijk (er) beeld van hoe de beeldende kunstvorm werkt in het vergroten van het adaptief vermogen: "art works"!

Heb je interesse, wil je verdere verdieping, heb je vragen of ideeën? Neem dan gerust contact met me op.

Roermond, januari 2020

Ingrid Pénczes
ingrid.penczes@xs4all.nl

REFERENTIES

- Baas, M., De Dreu, C. K. W., Nijstad, B. A., eds. (2015). *The Cognitive, Emotional and Neural Correlates of Creativity*. Lausanne: Frontiers Media.
- Cozolino, L. (2017a). *The Neuroscience of psychotherapy, healing the social brain*. New York: W.W.Norton & Company.
- Cozolino, L. (2017b). *Trauma, natural selection and the Devil's Bargain*. Congress Attachment and trauma. The resilience of mind and body. London: Psychotherapy Excellence.
- Damasio, A.R. (2017). *Brain, body and feeling; the essential neuroscience*. Congress Attachment and trauma. The resilience of mind and body. London: Psychotherapy Excellence.
- Dijksterhuis, A. (2008). *Het slimme onbewuste. Denken met gevoel*. Amsterdam: Uitgeverij Bram Bakker.
- Haiblum- Itskovitch, S., Czamanski-Cohen, J., & Galili, G. (2018). Emotional Response and Changes in Heart Rate Variability Following Art-Making With Three Different Art Materials. *Frontiers in Psychology/ Clinical and Health Psychology*.
- Hinz, L.D. (2009). *Expressive Therapies Continuum*. New York and London: Routledge.
- Hinz, L.D. (2015). Expressive Therapies Continuum: Use and Value Demonstrated With Case Study. *Canadian Art Therapy Association Journal*, 28, 43-50.
- Moon Hyland, C. (2010). *Materials and media in Art Therapy*. New York/ London: Routledge.
- Pérez, I., Hooren, S. van, Dokter, D., Smeijsters, H. & Hutschemaekers, G. (2014). Material interaction in art therapy assessment. *The Arts in Psychotherapy*, 41, 484-492.
- Pérez, I., Hooren, S. van, Dokter, D., & Hutschemaekers, G. (2018). How art therapists observe mental health using formal elements in art products: structure and variation as indicators for balance and adaptability. *Frontiers in Psychology/ Clinical and Health Psychology*. <https://doi:10.3389/fpsyg.2018.01611>
- Pérez, I., Engelbert, R., Heidendaal, D., Fikke, D., Oti, K., de Jong, E., & Hooren, S. van. (in voorbereiding). The influence of pencil and clay on brain activity: a Quantitative Electroencephalogram study.

- Pénczes, I., Hooren, S. van, Dokter, D., & Hutschemaekers, G. (2020). Formal elements of art products indicate aspects of mental health. Submitted.
- Porges, S.W. & Flores, P.J. (2017a). Group Psychotherapy as a neural exercise: bridging polyvagal theory and attachment theory. *International Journal of Group Psychotherapy*, 67(2), 202-222.
- Porges, S.W. (2017b). *Connectedness as a biological imperative understanding the consequences of trauma, abuse and chronic stress through the lens of the Polyvagal Theory*. Congress Attachment and trauma. The resilience of mind and body. London: Psychotherapy Excellence.
- Ritter, S.M., Baaren, R.B. van & Dijksterhuis, A. (2012). Creativity: The Role of Unconscious processes in idea generation and idea selection. *Thinking Skills and Creativity*, 7, 21-27.
- Siegel, D. J. (2012). *The developing Mind. How relationships and the brain Interact to shape who we are*. New York: The Guilford Press.
- Siegel, D.J. (2010). *Mind Sight. Transform your brain with the new science of kindness*. Oxford: OneWorld Publications.
- Siegel, D.J. (2017). *Presence of mind, health in body and relationships*. Congress Attachment and trauma. The resilience of mind and body. London: Psychotherapy Excellence.
- Smeijsters, H. (2012). Analogy and metaphor in music therapy. Theory and practice. *Nordic Journal of Music Therapy*, 21(3), 227-249.
- Smeijsters, H. (2008). *Handboek creatieve therapie*. [Handbook of the arts therapies]. Bussum, Netherlands: Coutinho.
- Snir, S. & Regev, D. (2013). A dialog with five art materials: Creators share their art making experiences. *The Arts in Psychotherapy*, 40, 94-100.
- Stern, D.N. (2010). *Forms of Vitality. Exploring Dynamic Experience in Psychology, The Arts, Psychotherapy, And Development*. Oxford: Oxford University Press.