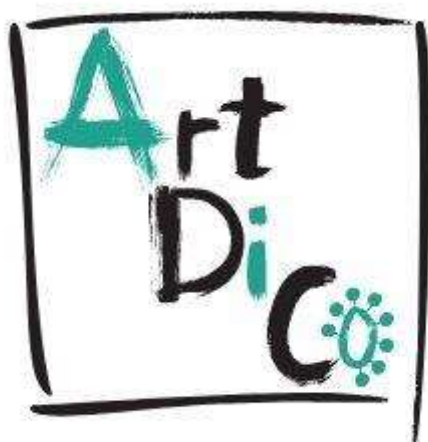


# ArtDiCo

**Arte, Digitalizzazione e Coronavirus: Storytelling digitale per persone con poca alfabetizzazione digitale – nuovi approcci di teledidattica**



## INTELLECTUAL OUTPUT 2

### L'ARTE COME ESPRESSIONE DELLA PROPRIA IDENTITÀ E REALTÀ DI VITA



*Questo report è stato finanziato dal Programma Erasmus + dell'Unione Europea, azione chiave KA2 (Cooperazione per l'Innovazione e lo Scambio di Buone Pratiche, Partenariati Strategici nel settore dell'educazione degli adulti) – bando 2020.*

## Dettagli del progetto

Acronimo:	ArtDiCo
Titolo:	Arte, Digitalizzazione e Coronavirus: Storytelling digitale per persone con poca alfabetizzazione digitale – nuovi approcci di teledidattica
Coordinatore:	Akademie Klausenhof gGmbH (Germania)
Programma:	Erasmus + KA2
Obiettivi del progetto:	<ul style="list-style-type: none"><li>● Supportare persone con poche competenze digitali e chi non ha mai ricevuto un'adeguata alfabetizzazione digitale;</li><li>●</li><li>● Promuovere l'espressione creativa e l'educazione culturale;</li><li>● Sviluppo delle competenze e garantire l'inclusione attraverso la creatività e le arti;</li><li>● Professionalizzazione degli educatori e di altro personale per il supporto e l'apprendimento degli adulti;</li><li>● Sviluppare strumenti per aiutare le persone ad affrontare la crisi causata dalla pandemia di Covid-19.</li></ul>
Inizio:	1 marzo 2021 – 28 febbraio 2023
Durata:	24 mesi
Partenariato:	<ul style="list-style-type: none"><li>- SYNERGASIA ENEGON POLITON (Grecia)</li><li>- VILNIAUS DAILES AKADEMIJA (Lituania)</li><li>- SOCIALNA AKADEMIJA – ZAVOD ZA IZOBRAZEVANJE, RAZISKOVANJE IN KULTURO (Slovenia)</li><li>- MEDIA ACTIE KUREGEM STAD (Belgio)</li><li>- COFAC COOPERATIVA DE FORMACAO E ANIMACAO CULTURAL CRL (Portogallo)</li><li>- INEUROPA SRL (Italia)</li></ul>

**Disclaimer:** Il contenuto di questa pubblicazione è sola responsabilità degli autori e in nessun modo rappresenta l'opinione della Commissione Europea o dei suoi servizi.



*Transfer Paper: L'arte come espressione della propria identità e realtà di vita*

## **Dettagli dell'Output**

Numero: IO2

Titolo: Transfer paper: L'arte come espressione della propria identità e realtà di vita

Lingua: Italiano

Principale  
responsabile: Vilnius Academy of Arts (VAA)

Diffusione: Pubblico

Tipologia: Report

Scadenza: 31.08.2021

Presentazione: 09.05.2022

Autori: VVA

Contributori: Tutti i partner

Revisori: Tutti i Partner

## Contenuto

1. Introduzione. Che cos'è l'arte?
2. Come nasce l'arte e cosa dicono gli artisti delle loro opere: Cosa dice di me la mia arte?
3. Come "vivono" le opere d'arte gli spettatori? (Video o foto con dichiarazioni)
4. L'arte-terapia in breve
5. Come si può utilizzare l'arte nella formazione degli adulti? (Informazioni specialistiche, foto esemplificative, attenzione a gruppi target specifici come le persone con disabilità)

### 5.1. Metodologie

6. Arte e digitalità (esempi creativi del periodo Corona, arte nello spazio virtuale, musei virtuali - screenshot e spiegazioni)
7. Linee guida per il progetto - elaborare buone storie ( tre argomenti suggeriti per l'elaborazione - Cinque fasi del processo ArtDiCo - Possibili metodi di valutazione)
8. Conclusioni
9. Bibliografia

*Transfer Paper: L'arte come espressione della propria identità e realtà di vita*

*"...Quale lezione che sia utile per la nostra vita stai cercando di insegnarci?"*

Alain de Botton<sup>1</sup>

## 1. INTRODUZIONE. CHE COS'E' L'ARTE?

La gente crea arte sin dall'antichità, ma non sempre nel senso dell'arte di oggi. Nella storia della cultura occidentale, diverse concezioni dell'arte possono essere fatte risalire a diversi periodi storici, a seconda del posto che la creazione artistica occupava nella vita della società. Esistono diverse concezioni dell'arte: arte rituale, arte classica, arte modernista e arte contemporanea.

**Arte rituale:** Il concetto rituale di arte come magia risale alla preistoria. Le immagini venivano create per proteggere da forze ostili, per conferire poteri (ad esempio la fertilità). L'immagine non era vista come un oggetto di ammirazione, ma come uno strumento di potere. Una simile concezione ritualistica dell'arte si ritrova anche nell'arte religiosa, ad esempio nella cultura medievale. Le immagini sono create per scopi religiosi, per glorificare un dio. La bellezza dell'immagine o lo stile di esecuzione dell'autore non hanno un valore intrinseco, ma piuttosto la funzione religiosa o rituale dell'immagine.

**Arte classica:** Il concetto classico di arte come imitazione della realtà ha origine nell'antica Grecia. Le immagini vengono create con l'obiettivo di riprodurre le forme della realtà nel modo più accurato possibile. Gli artisti sono considerati artigiani e sono apprezzati soprattutto per la loro abilità nell'imitazione. Nella cultura rinascimentale, che ha adottato il principio dell'imitazione della realtà dall'antichità, il concetto classico di arte è stato integrato dalla percezione dell'arte come creazione di bellezza.

**Arte modernista:** La concezione modernista dell'arte come espressione di sé è caratteristica dell'epoca moderna. All'arte non viene più attribuita alcuna funzione se non quella estetica (l'arte è per i musei). Le immagini sono create sulla base dell'idea di "arte per l'arte" e mirano a trasmettere ed esprimere il rapporto individuale dell'artista con la realtà. Principi modernisti: *autoespressione, arte per l'arte, forma significativa*.

---

<sup>1</sup> **E inoltre:** «...Gli studiosi dovrebbero pensare a come rendere lo spirito delle opere che ammirano più connesso alle fragilità psicologiche del loro pubblico. Dovrebbero analizzare come l'arte potrebbe aiutare a guarire un cuore spezzato, a mettere nella giusta prospettiva i dispiaceri di una persona, a cercare conforto nella natura, a educare la nostra sensibilità verso i problemi altrui, a mantenere al centro dei nostri pensieri il giusto ideale di una vita di successo e ad aiutarci a capire gli altri. Alla luce di ciò, gli studiosi si approcerebbero al soffitto della Cappella Sistina come lo farebbero con tutte le altre opere d'arte, facendosi l'umana domanda: "Quale lezione che sia utile per la nostra vita stai cercando di insegnarci?"» Dall'articolo *Lettura terapeutica in L'Arte come terapia* Alain de Botton, 2019, p.80.



*Transfer Paper: L'arte come espressione della propria identità e realtà di vita*

**Arte contemporanea:** L'arte contemporanea ha per lo più criticato o negato i principi dell'arte modernista: l'autoespressione dell'artista, l'idea di "arte per l'arte" e la ricerca di immagini espressive. E ha spesso utilizzato nuovi strumenti: performance, installazioni, oggetti, videoarte al posto della pittura e della scultura tradizionali.

Con il cambiamento dello status dell'arte, è diventato importante non inventare nuovi stili artistici, ma mettere in discussione la nozione stessa di arte. Il primo a farlo fu Marcel Duchamp (1887-1968), artista francese dei primi del Novecento considerato il pioniere storico dell'arte contemporanea.

L'arte contemporanea è un nuovo concetto di arte. Fino ad allora, l'arte era stata trattata da varie culture come creazione di immagini della realtà (rituale, classica o modernista). Nell'arte contemporanea, la realtà stessa diventa parte integrante dell'arte. Lo scopo della creazione artistica non è la soluzione di problemi di rappresentazione (accuratezza della rappresentazione, bellezza della rappresentazione o evidenziazione dei mezzi di rappresentazione), ma la soluzione di problemi di realtà. Ad esempio, l'arte oggettiva consiste spesso nel ready-made.

Il ready-made (francese: *objet trouvé*) è un oggetto utilitario trovato, solitamente prodotto industrialmente, che è stato presentato come opera d'arte da Marcel Duchamp (dadaista). Tale oggetto prodotto in fabbrica non ha più una forma significativa e originale e non è un'opera d'autore. L'arte contemporanea ha quindi sollevato domande prima indiscusse: chi è l'autore? Che cos'è un'opera d'arte? Come funziona nella società? In altre parole, la concezione contemporanea dell'arte vede l'arte come un'indagine sulla realtà.

Il ready-made di Duchamp suggerì domande del tutto nuove sull'arte: invece della tradizionale domanda sull'artigianato, sul mezzo e sul gusto ("questa è una buona o una cattiva scultura"), la questione si poneva ora sul piano ontologico - "che cos'è l'arte?", sul piano epistemologico - "come riconosciamo l'arte?" e sul piano istituzionale, "chi definisce l'arte?".

Forse la migliore spiegazione di cosa sia l'arte si trova nel "Dizionario dell'Arte"<sup>2</sup> (Vilnius, 1999):

**“Le belle arti** sono un ramo delle arti plastiche che comprende le arti figurative: pittura, scultura, arti grafiche, e arti decorative applicate: ceramica, tessuti pregiati, mobili, gioielli, ecc. In base alla formazione professionale degli artisti, si distinguono: arte popolare, amatoriale e professionale. Altri rami delle arti plastiche sono strettamente legati alle belle arti: architettura, design, fotografia artistica. Va notato che con la proliferazione di

---

<sup>2</sup> Dizionario dell'arte / Dailės žodynas / Istituto di Cultura e Arte, Accademia delle Arti di Vilnius [comitato editoriale: Jolita Mulevičiūtė (caporedattore) ...[et al.]. Vilnius : Casa editrice dell'Accademia delle Arti di Vilnius, 1999. 494 p. : ill. ISBN 9986571448.



*Transfer Paper: L'arte come espressione della propria identità e realtà di vita*

installazioni, happening e videoarte - forme miste di creatività che combinano arte, teatro, cinema e musica - i confini netti del termine hanno cominciato a sfumare..”

Il termine “arte” è spiegato nell’*Oxford Dictionary of Art*<sup>3</sup>:

- **Arti, classificazione delle arti.** Vedi arte applicata, belle arti, arti decorative, arti liberali.
- **Arte applicata.** Termine che descrive la progettazione o la decorazione di oggetti funzionali in modo da renderli esteticamente gradevoli. Viene utilizzato in contrapposizione alle "belle arti", anche se spesso non esiste una chiara linea di demarcazione tra le due.
- **Belle arti.** Termine applicato alle 'arti superiori' non utilitaristiche, in contrapposizione alle 'arti applicate' o 'decorative'. Nell'uso più comune il termine comprende la pittura, la scultura e l'architettura (anche se l'architettura è ovviamente un'arte "utile"), ma spesso viene esteso anche alla poesia e alla musica.

Secondo E. H. Gombrich<sup>4</sup>, ““le opere d'arte non sono specchi, ma sono caratterizzate da quell'inafferrabile miracolo di trasformazione che è così difficile da esprimere a parole. ... L'immaginazione non è sempre arte, ma non per questo è meno misteriosa" (p. 5).”

## 2. COME NASCE L'ARTE E COSA DICONO GLI ARTISTI DELLE LORO OPERE: COSA DICE DI ME LA MIA ARTE?

Le persone fanno arte sin dai tempi antichi, ma per molto tempo l'arte ha avuto unicamente scopi pratici. Solo dal XIX secolo, con i primi modernisti, è emerso un nuovo concetto d'arte: ovvero, l'arte come espressione di sé stessi. Nonostante i critici d'arte di oggi non pensino sempre che un'opera d'arte rifletta la personalità dell'artista, questa teoria esiste ed è molto efficace in un contesto di arteterapia.

Esempi di artisti che si sono affidati all'io, alla propria personalità, spiccano nel campo dell'arte diaristica: **Witold Gombrowicz**, un famoso scrittore polacco e artista d'avanguardia, scrisse un diario pubblico nella seconda metà della sua vita, che pubblicò in più parti sui giornali mentre era in esilio. Il tema dell'opera, come diceva lui, era “me stesso”. Il suo “Diario” è estremamente aperto, nelle parole del filosofo Arūnas Sverdiolas:

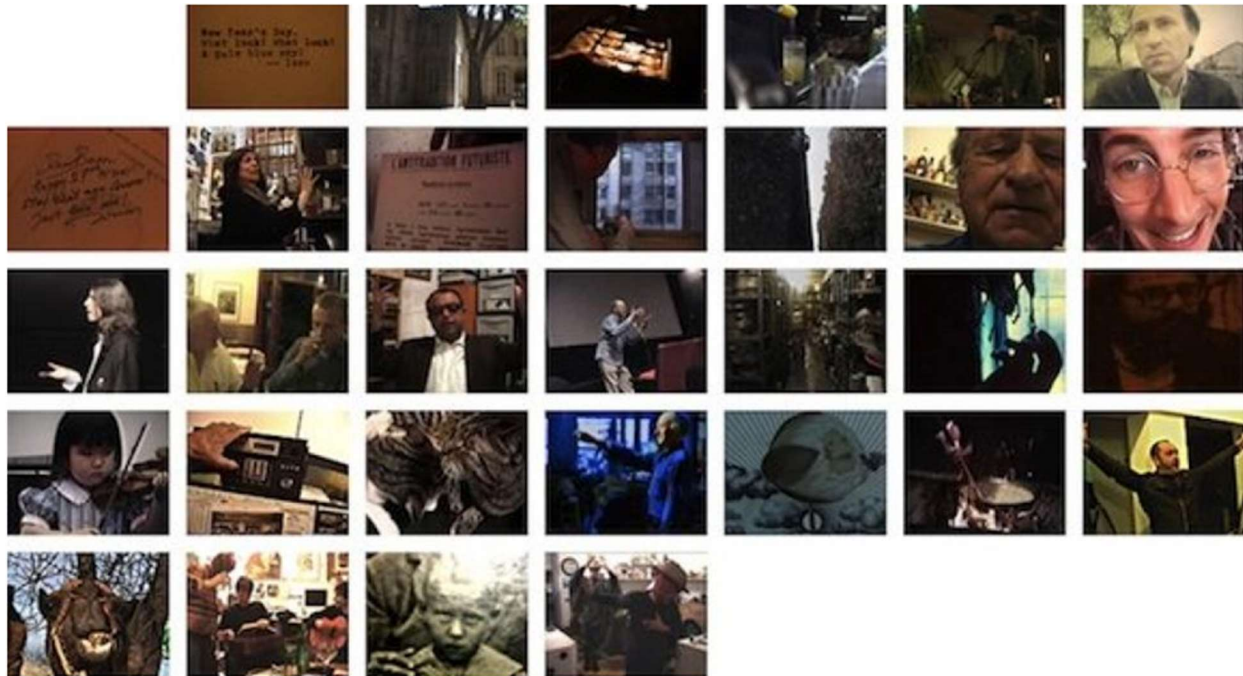
<sup>3</sup> The Oxford dictionary of art ; a cura di Ian Chilvers e Harold Osborne ; consulente editoriale Dennis Farr. Oxford ; New York : Oxford University Press, 1994. 548 p. : illustr. ISBN 0192800221.

<sup>4</sup> Gombrich, Ernst Hans, 1909-2001, autore. Arte e illusione : uno studio sulla psicologia della rappresentazione pittorica : con 320 illustrazioni / di E. H. Gombrich. Londra : Phaidon, 1996. XIV, 386 p. : illustr. ISBN 0714817562, p. 5



*Transfer Paper: L'arte come espressione della propria identità e realtà di vita*

“Il testo rivela la vita interiore dell’artista, senza lasciare segreti o lati oscuri, cancellando qualsiasi distinzione tra interno ed esterno (...) Gombrowicz descrive e riflette sul “mascherarsi” come una specie di tattica volontaria di pensarsi, scriversi, viverli e crearsi. Certamente, questo tipo di testo (arte, scrittura, tecnica) diventa parte della vita, e la vita diventa parte di questo tipo di testo (arte, scrittura, tecnica)”<sup>5</sup>.



Un altro esempio lampante è **Jonas Mekas**, uno dei registi più famosi del XX secolo, pioniere nel genere diaristico. Negli anni Cinquanta, appena arrivato negli Stati Uniti, comprò una piccola cinepresa Bolex. Filmò momenti importanti della sua vita a New York, i suoi amici artisti, così come anche la sua vita quotidiana, il suo ambiente domestico, la sua famiglia. Come disse Mekas in un'intervista: “L’opera diaristica è sempre auto-referenziale. Sono sempre con me stesso e i miei amici. Qualsiasi cosa vogliate sapere su di me, la trovate nei miei film, lì troverete le risposte alle vostre domande”. (Intervista di Natasha Kurchanova: “Jonas Mekas: ho bisogno di filmare piccoli, quasi invisibili, momenti quotidiani”) <https://www.studiointernational.com/index.php/jonas-mekas-interview-365-day-project-microscope-gallery-brooklyn>

<sup>5</sup> Witold Gombrowicz. *Dienoraštis*. 1953-1956, I. Vilnius: Vyturio leidykla, 1998. p.8.



*Transfer Paper: L'arte come espressione della propria identità e realtà di vita*

Oggi i film di Mekas sono esposti nei musei più famosi del mondo. Una delle opere di Mekas più vicine al nostro tema è *365 Day Project* (<https://jonasmekas.com/365/month.php?month=1>). “Mekas si cimentò nel girare e caricare video sul suo sito web ogni giorno per un anno. All’inizio ogni video, che durava dai 30 secondi ai 30 minuti, veniva immediatamente reso disponibile per il download e riproducibile su smartphone, molto prima che questo diventasse il modo normale per guardare contenuti – Facebook era stato appena reso accessibile a tutti, e il primo iPhone è uscito quello stesso anno” (<https://mekas.it/2016/09/jonas-mekas-365-dienos/>).

Questi sono solo due dei molti artisti che hanno usato le loro opere come massima espressione di sé stessi, la cui personalità e auto-analisi è diventata il punto iniziale per l’arte, le cui opere sono direttamente collegate alla vita di tutti i giorni. Si potrebbe dire che questi artisti abbiano in qualche modo anticipato la nostra epoca, in cui diversi tipi di social media sono diventati parte della nostra vita quotidiana e ci offrono infinite opportunità di esprimere noi stessi. Viviamo in un’epoca in cui tutti hanno una fotocamera in tasca, tutto ciò che serve è solo un po’ di esperienza per iniziare a creare.

Anche il famoso critico d’arte **Jerry Saltz**<sup>6</sup> dà consigli in merito nel suo libro *Come diventare un artista*:

“SVILUPPA FORME DI PRATICA. Porta sempre con te un blocco da disegno tascabile. Appena hai un momento libero – mentre bevi il caffè al mattino, in metro, nella sala d’aspetto del dentista – fai pratica guardando le tue mani e disegnandole. Riempi le pagine di mani, tante nella stessa pagina, mani su mani su mani. Mani di altre persone, se vuoi. Non devono essere belle. Puoi anche disegnare altre parti del tuo corpo – tutto quello che riesci a vedere in quel momento. Gioca con le dimensioni: ingrandisci o rimpicciolisci le cose, girale, riproducile in modo sgradevole o finemente. Puoi anche usare uno specchio se, per esempio, vuoi disegnare l’angolo della bocca. Non inventarlo! Il primo obiettivo è quello di imparare a osservare – poi di *descrivere*, con la matita o penna, quello che vedi”.

“OSSERVA PIÙ CHE PUOI. Gli artisti osservano in modo differente. Stabiliscono un contatto molto ravvicinato con un’opera. Ispezionano ogni dettaglio: la trama, i materiali e la composizione. La toccano, guardano i margini e scrutano l’oggetto da ogni

---

<sup>6</sup> Da Jerry Saltz. *Come diventare un artista*. USA: Ilex Press. 2020.



*Transfer Paper: L'arte come espressione della propria identità e realtà di vita*

angolazione (gli artisti si distinguono sempre nei musei – sono quelli che stanno a un centimetro di distanza dall'opera. Come due cani che si annusano)”).

“ARTE E TERAPIA. Qualsiasi sia la tua storia personale, trova una tecnica che ti rilassi, che ti offra nuove prospettive e ti permetta di lavorare. Sono guide spirituali sotto mentite spoglie. Se lavori molto e cerchi di essere il più onesto possibile con te stesso, la tua arte potrebbe dirti quasi tutto ciò che ti serve sapere su te stesso”.

### 3. COME “VIVONO” LE OPERE D'ARTE GLI SPETTATORI?

L'attenzione umana è selettiva – ogni persona presta attenzione a cose distinte, specifiche, e nota diversi dettagli in modo differente. Lo stesso succede con il processo di percezione dell'arte, solo che in questo caso entra in gioco anche la percezione estetica. È una specie di attenzione, un atteggiamento specifico caratterizzato dal suo aspetto poco funzionale. Quando ci troviamo di fronte ad un'opera d'arte, lo spettatore non pensa all'uso pratico dell'oggetto, ma legge un libro, guarda un dipinto o un film per vivere un piacere estetico e passare un bel momento. Lo spettatore cerca di godersi l'opera d'arte, di “affondare nell'opera” il più possibile, di accettarla completamente o rifiutarla su due piedi.

Il critico d'arte, invece, analizza l'opera nel dettaglio, la fa a pezzi, ne esamina la struttura, e dà un ruolo a ogni elemento dell'opera nel suo insieme.

Tuttavia, il successo di ogni esperienza con l'arte dipende dalla conoscenza ed educazione artistica dello spettatore. Vivere l'arte richiede un certo impegno e interesse, un desiderio di comprendere l'opera. Ma dove e come si manifesta il significato di un'opera d'arte? Non si può chiedere agli artisti di creare arte facile da comprendere. L'arte contemporanea include spesso lo spettatore nel processo di creazione del significato. Per questo i curatori, i docenti, gli operatori museali e accademici (come i mediatori tra l'arte e la società) hanno un ruolo fondamentale nell'esperienza con l'arte.

Eppure, un altro modo per vivere l'arte è rendere lo spettatore un partecipante attivo del processo artistico, proprio come fa l'arte interattiva.

*Transfer Paper: L'arte come espressione della propria identità e realtà di vita*

**Usare l'arte come strumento terapeutico** basato sui suoi effetti positivi e terapeutici. I terapeuti dell'arte<sup>7</sup> che lavorano nel campo della comprensione del significato di un'opera d'arte (Kreitler, 1972) hanno notato che una singola immagine può avere vari significati simili e contrastanti e che un singolo elemento di un'opera d'arte non può rivelare il significato completo della stessa – le immagini, il contenuto, le associazioni devono essere riunite in una “rete di significato”. La percezione visiva, nell'impiego dell'arte come mezzo di comunicazione, viene usata dai terapeuti dell'arte come uno strumento di autorivelazione dei pazienti attraverso l'espressione di sé di un artista. I terapeuti invitano i pazienti a esplorare e descrivere le linee dei loro dipinti non solo usando termini semplici (es. sinuose, dritte), ma anche più complessi (es. liriche, raffinate) per portare l'attenzione su ciò che più affascina l'occhio e per rifletterci su, scriverne e parlarne (Cohne, Cox, 1995).

“*Chi sono? Chi non sono?*” I terapeuti dell'arte considerano che per alcuni dei loro pazienti è difficile capire la propria identità. Usare opere d'arte affascinanti o, al contrario, sgradevoli li aiuta spesso a capire sé stessi, i loro valori e credenze. I terapeuti dell'arte usano il termine “mappa dell'amore” per riferirsi a opere d'arte che salvano e supportano e aiutano a salvaguardare sogni e speranze. A volte è impossibile evitare certe situazioni, ma è meglio riuscire a esprimere quella negatività in modo produttivo, secondo tali terapeuti<sup>8</sup>. Il detto “Tempi bui per l'anima, cosa ti rende forte?” è spesso utile per chi sta vivendo un periodo di avversità o una perdita. L'arte viene usata per affrontare un'ampia serie di problemi sociali nell'arteterapia. I terapeuti dell'arte sanno distinguere i diversi impieghi dell'arte: dinamici, umanistici (per esempio, può essere usata come espressione di una vera perdita o dolore) e sistemici.

Ossian Ward<sup>9</sup>, uno scrittore di arte contemporanea, responsabile delle collezioni alla Lisson Gallery (Londra/New York) <https://www.lissongallery.com/>, parla del suo approccio con l'arte contemporanea. Ward fa notare che le vecchie regole di percezione dell'arte non valgono più e che il termine “contemporanea” per l'arte in generale non si usava prima dell'anno 2000. Cerca di sfatare il mito dell'arte contemporanea come forma culturale estremamente complessa che può essere compresa solo da una mente

---

<sup>7</sup> Wilkinson, Rebecca Ann. *Positive Art Therapy: Theory and Practice : Integrating Positive Psychology with Art Therapy*. New York : Routledge, 2018. p. 282

<sup>8</sup> Wilkinson, Rebecca Ann. *Positive Art Therapy : Theory and Practice : Integrating Positive Psychology with Art Therapy*. New York : Routledge, 2018. p. 163

<sup>9</sup> Ward, Ossian, autorigine. *Ways of looking : how to experience contemporary art / Ossian Ward*. London : Laurence King Publishing, 2014. 176 p.



*Transfer Paper: L'arte come espressione della propria identità e realtà di vita*

superiore. In realtà, il numero di visitatori interessati all'arte contemporanea sta aumentando. Per visitare uno spazio d'arte contemporanea non è necessario essere un membro di un'associazione artistica segreta o un ricco collezionista. D'altro canto, è consapevole del fatto che tutto dell'arte contemporanea può essere considerato arte senza una verifica.

Ward fa una distinzione tra le sue concezioni dell'arte contemporanea: arte come intrattenimento, arte come confronto, arte come evento, arte come messaggio, arte come scherzo, arte come spettacolo e arte come meditazione.

#### 4. L'ARTE-TERAPIA IN BREVE

Agli occhi di un arte-terapeuta, l'arte, il fare arte e persino l'osservazione dell'arte sono sempre collegati a sentimenti. Osservando o creando opere d'arte si possono provare sentimenti che vanno dal disgusto al sollievo. È questo l'aspetto più importante dell'arte-terapia: capire quali sentimenti suscita l'opera d'arte che si sta guardando, sia essa opera del cliente o di un'altra persona. La comprensione può portare a capire da dove provengono questi sentimenti e a cosa potrebbero riferirsi. L'arte in arte-terapia non viene giudicata o criticata. È come un ponte tra cliente e terapeuta. Permette di stabilire ponte tra terapeuta e cliente in modo sicuro. Allo stesso tempo, permette al cliente di sfogare le proprie emozioni e sentimenti negativi su un foglio di carta in modo sicuro e di comunicarli verbalmente al terapeuta. Lo sfogo e la comunicazione delle emozioni sono liberatori e danno un senso di sollievo. Quindi, l'arte in arte-terapia è curativa.

L'*American Art Therapy Association*<sup>10</sup> definisce l'arte-terapia come: "una professione di salute mentale che utilizza il processo creativo della creazione artistica per migliorare e potenziare il benessere fisico, mentale ed emotivo di individui di tutte le età. Si basa sulla convinzione che il processo creativo coinvolto nell'espressione artistica di sé aiuti le persone a risolvere i conflitti e i problemi, a sviluppare le capacità interpersonali, a gestire il comportamento, a ridurre lo stress, ad aumentare l'autostima e la consapevolezza di sé e a raggiungere l'intuizione"(<http://www.americanarttherapyassociation.org>)<sup>11</sup>".

Qualche anno fa (2017), la Facoltà di Kaunas dell'Accademia delle Arti di Vilnius ha ospitato la conferenza di arte terapia "*Arte. Terapia. Salute*"<sup>12</sup>. L'arte-terapia e altri settori

---

<sup>10</sup> <https://arttherapy.org/>

<sup>11</sup> *Il Manuale Wiley di Arte-terapia* / A cura di David. E. Gussak e Marcia L. Rosal. Chichester : Wiley Blackwell, 2016. 874 p. : illustr. ISBN 9781118306598; p. 1.

<sup>12</sup> *Arte, terapia, salute* : [raccolta di articoli scientifici] / a cura di Stanislovas Mostauskis, Audronė Brazauskaitė ; Accademia delle Arti di Vilnius, Facoltà di Kaunas. Kaunas : Facoltà VDA Kaunas, 2017. 312 p. : illustrato. ISBN 9789955154181.



*Transfer Paper: L'arte come espressione della propria identità e realtà di vita*

scientifici - psicologi, arte-terapeuti, artisti, filosofi, storici dell'arte - hanno partecipato alla conferenza per condividere le loro conoscenze ed esperienze in questo campo. Durante la conferenza la dottoressa di ricerca, docente di psicologia, viceresponsabile del lavoro di ricerca dell'*Institute of Positive Technologies and Consulting* (Mosca, Russia) Liudmila Dmitrijevna Lebedeva, sviluppatrice di molte tecniche di arteterapia, ha parlato del trattamento delle pazienti affette da cancro al seno con i metodi dell'arteterapia: "Le pazienti sono state sottoposte a un disegno tematico proiettivo e invitate a disegnare il tema "Io nel passato, nel presente e nel futuro". I disegni avevano caratteristiche comuni: il desiderio di rappresentare il corpo di profilo. Questo è legato al desiderio di mascherare i problemi e alla caduta dell'autostima. Le mani distorte, nascoste o non rappresentate rivelano inadeguatezza e mancanza di fiducia in se stessi. Dopo un corso di arteterapia, l'autostima e il senso di sicurezza dei pazienti sono migliorati. I disegni "Sono nel futuro" mostravano più colore e ottimismo, e il motivo "Tutto andrà bene" poteva essere letto.

La scelta di temi orientati al futuro è di per sé terapeutica, sottolinea la psicologa, perché crea i presupposti per promettere a se stessi che "in futuro ci sarò".

## 5. COME SI PUÒ UTILIZZARE L'ARTE NELLA FORMAZIONE DEGLI ADULTI?

L'arte può essere usata in diversi modi nella formazione degli adulti. Un buon esempio è [Europeana](#) – una grande biblioteca digitale sul patrimonio culturale europeo – che abilita la trasformazione digitale dei diversi settori del patrimonio culturale. La *mission* di *Europeana* è quella di sviluppare conoscenze, strumenti e politiche per sfruttare il cambiamento digitale e promuovere partenariati per creare innovazione. *Europeana* è un database virtuale che incoraggia le persone a scoprire il patrimonio culturale europeo per imparare, insegnare, studiare o per puro piacere. Migliaia di musei, archivi e biblioteche Europei hanno contribuito alla sua creazione. Tutti gli autori convengono sul fatto che rendere pubblico il patrimonio culturale sia importante e lungimirante. Solo nella categoria "Arte", il database offre oltre 3,5 milioni di immagini: fotografie documentaristiche e artistiche, riproduzioni di opere d'arte.

Siccome ci stiamo concentrando sul contesto digitale, useremo esempi di videoarte per mostrare i diversi approcci all'arte come strumento educativo, enfatizzando l'arte come terapia e l'impatto positivo dell'arte.

Lo scopo di questo processo creativo è quello di fornire a volontari/adulti competenze pratiche attraverso l'osservazione del loro ambiente circostante, senza dover andare troppo lontano, ma svolgendo le attività concrete di tutti i giorni. Aspettative: i destinatari



*Transfer Paper: L'arte come espressione della propria identità e realtà di vita*

acquisiranno le conoscenze e competenze necessarie per creare un progetto audiovisivo e saranno in grado di metterle in pratica in progetti futuri. Sapranno usare in modo creativo mezzi informativi e media moderni per comunicare sui social e creare i loro video.

### 5.1 Potenziali metodi di creazione e ricerca

- 1) **Messa in scena.** È la ricreazione di eventi storici e situazioni dal vivo, grazie a esperienze vissute in prima persona.
- 2) **Personalizzazione della storia.** Ovvero l'approccio personale alla storia.
- 3) **Diario.** L'attività di scrivere un diario visivamente e/o con un testo e/o audio.

#### Metodo: Messa in scena

È la ricreazione di eventi storici, politici o sociali e situazioni dal vivo, grazie a esperienze in prima persona. In questo contesto, è possibile creare eventi e situazioni in uno spazio pubblico o privato, o mettere in scena la Storia con la "S" maiuscola. Ciò comprende l'ambiente culturale, la letteratura, ecc. Esempi del periodo del Covid-19: cantare, performance sui balconi, nelle cucine, flash mob. Un esempio dalla storia della videoarte: il video "Mobi Dick" (2007) dell'artista **Guy Ben-Ner**<sup>13</sup>.



Guy Ben-Ner mette in scena il romanzo "Mobi Dick" (1851) di Herman Melville. Il romanzo racconta le avventure del marinaio Ishmael e il suo viaggio a bordo della nave baleniera guidata dal Capitano Ahab. Quest'ultimo è alla ricerca di un feroce e gigante capodoglio bianco chiamato Mobi Dick. In pochi lo conoscono, e ancora meno lo

<sup>13</sup> [http://www.ubu.com/film/ben-ner\\_moby.html](http://www.ubu.com/film/ben-ner_moby.html)

*Transfer Paper: L'arte come espressione della propria identità e realtà di vita*

hanno visto. L'ultima volta, il capodoglio ha distrutto la nave di Ahab e lui ha perso una gamba in seguito alla collisione, quindi ora vuole vendicarsi.

Guy Ben-Ner rappresenta tutto nella sua cucina, con sua figlia di sei anni e il resto della famiglia. Gli oggetti della cucina vengono usati per dare la caccia ai capodogli. Tutti i trucchi prendono spunto dal cinema muto (film senza suono). Il romanzo di Melville "Moby Dick" è una storia che tutti conoscono (memoria collettiva), così come le avventure di Robinson Crusoe, anche se ovviamente non tutti l'hanno letto. Guy Ben-Ner, inoltre, racconta solo la storia in generale, quella che tutti "ricordano".

È interessante che la storia del viaggio, della libertà e delle avventure venga raccontata nella cucina di un uomo di famiglia, con sua moglie e i suoi figli.

**Come mettere in scena:**

- Scrivere un riassunto (sinossi, momenti principali, eventi della storia) basato sull'idea scelta, sul tema.
- Visualizzare la propria idea dell'ordine degli eventi (fare un bozzetto). Su carta (blocco notes, fogli) si vede meglio cosa funziona e cosa no.
- È possibile mettere in atto determinate scene come quadri viventi.
- Il risultato è un singolo quadro vivente o un montaggio di una messa in scena.

**Metodo: Personalizzazione della storia**

- Personalizzazione della storia/narrativa, per una visione molto personale della storia.
- Può essere una storia personale, familiare o di antenati.
- O la storia della propria nazione o Paese.
- I punti di vista possono variare: dal drammatico al positivo, successi e fallimenti, come si sono affrontate le difficoltà, come si sono superate le crisi, ecc.
- Per esempio, con riferimento alla storia del periodo del Covid-19: come si è vissuto in un determinato Paese, utilizzando materiale documentato, es. spaccati dei servizi del telegiornale. Per trarre ispirazione, si può dare un'occhiata alla storia dell'arte: Matthew Buckingham e Joachim Koester. *Three Dots & Sandra of the Tulip House or How To Live in a Free State* (2001) [https://www.ubu.com/film/buckingham\\_dots.html](https://www.ubu.com/film/buckingham_dots.html). La video installazione è stata ispirata dalla storia di Christiania, la famosa comunità anarchica nata a Copenaghen nel 1971. E' composto da cinque video in loop di 12-20 minuti che possono essere guardati in qualsiasi ordine, solo in parte o (per i più determinati) dall'inizio alla fine.



*Transfer Paper: L'arte come espressione della propria identità e realtà di vita*

► Back to Matthew Buckingham in UbuWeb Film



► Three Dots & Sandra of the Tulip House or How To Live in a Free State

(2001), with Joachim Koester

Matthew Buckingham and Joachim Koester's video installation *Sandra of the Tuliphouse or How to Live in a Free State*, 2001, is a ruminative work inspired by the complex history of Christiania, a famous anarchistic community established in Copenhagen in 1971. Divided between large freestanding screens--each accompanied by its own unidirectional speaker to minimize the discordant buildup of sound--*Sandra of the Tuliphouse* comprises five independent twelve-to-twenty-minute video loops that may be watched in any order, in part or (by the more determined visitor) from beginning to end. Making its belated New York debut at the Kitchen, Buckingham and Koester's project feels oddly removed from real time, its ostensible subject an anachronistic curiosity

### **Come personalizzare la storia**

- Osservare l'ambiente. Scegliere un'idea. Trovare fonti.
- La voce è l'elemento più personale e più giusto da usare per questo scopo. Per esempio, un commento in diretta mentre si gira. O un commento audio creato su una scena già girata. (Registi famosi in tutto il mondo come Orson Welles, Jean-Luc Godard, Werner Herzog o registi di documentari come Mark Cousins e altri hanno usato le loro voci come un potente strumento creativo). "L'uso della voce è uno strumento narrativo" in <https://cinea.be/the-english-voice-in-personal-documentary/>
- Uso di testo scritto nella scena – rivelare un punto di vista personale attraverso i pensieri scritti o citazioni di altri autori e fonti.
- Si possono inserire o commentare fotografie storiche, materiale d'archivio o fotografie di famiglia.



*Transfer Paper: L'arte come espressione della propria identità e realtà di vita*

Esempio dalla storia dell'arte: La pittrice **Frida Kahlo** in "*Dipingo autoritratti perché sono spesso sola e perché sono la persona che conosco meglio*". Frida Kahlo - *Ritratto di famiglia*<sup>14</sup>, 1950.

Questo dipinto rappresenta un albero genealogico. In cima ci sono i suoi nonni e al centro i suoi genitori. In basso, Frida è al centro e le sue due sorelle, Matilde e Adriana, le stanno vicino. Alla sua sinistra si trova la sorella minore, Cristina. Ancora non si è scoperto chi sono le tre figure incomplete. Alcuni dicono che due di queste siano i figli di Cristina, Isolda e Antonio. Un'altra piccola figura abbozzata non è molto identificabile ma potrebbe essere il fratello maggiore di Frida, che è sopravvissuto solo per pochi giorni dopo la nascita. Il feto vicino a Frida potrebbe rappresentare i bambini che ha perso a causa degli aborti spontanei. I suoi genitori, Matilde e Guillermo, ormai defunti al momento della realizzazione del dipinto, sono al centro dell'immagine. I loro ritratti sono basati su delle fotografie. Non si guardano – il loro matrimonio non era felice. Appaiono con i loro defunti genitori, rappresentati in una specie di nuvola sopra le loro quattro figlie.<sup>15</sup>

### Metodo. Diario

- Scrivere, disegnare, fotografare, filmare un diario.
- Ogni giorno, ogni settimana, documenta il tuo ambiente circostante, i tuoi stati mentali.
- Un diario può essere utile per la ricerca e l'arte<sup>16</sup>.

Abbiamo già citato un esempio dalla storia dell'arte: Jonas Mekas. Il video "*365 Day Project*": <http://jonasmekas.com/365/month.php?month=1>. Per "365", com'è più conosciuto il progetto, Jonas Mekas si è riproposto di girare e caricare sul suo sito web un video ogni giorno per un anno. Nonostante i diversi problemi tecnici ed emotivi, Mekas ha continuato a immortalare tempeste di neve, uccellini e scoiattoli amichevoli, servizi storici del telegiornale, riunioni con gli amici e tantissima musica sia a Brooklyn che durante i suoi viaggi all'estero, a volte riproponendo o incorporando scene inedite dei suoi film in 16mm o video analogici: <https://mekas.it/2016/09/jonas-mekas-365-dienos/>.

<sup>14</sup> <https://www.vintag.es/2020/02/frida-kahlo-on-bed.html>

<sup>15</sup> <https://www.fridakahlo.org/portrait-of-frida-family.jsp>

<sup>16</sup> *The Diary Becomes a Researcher's Tool* nel libro: Lauri L. Hyers. *Diary Methods*. 2018.

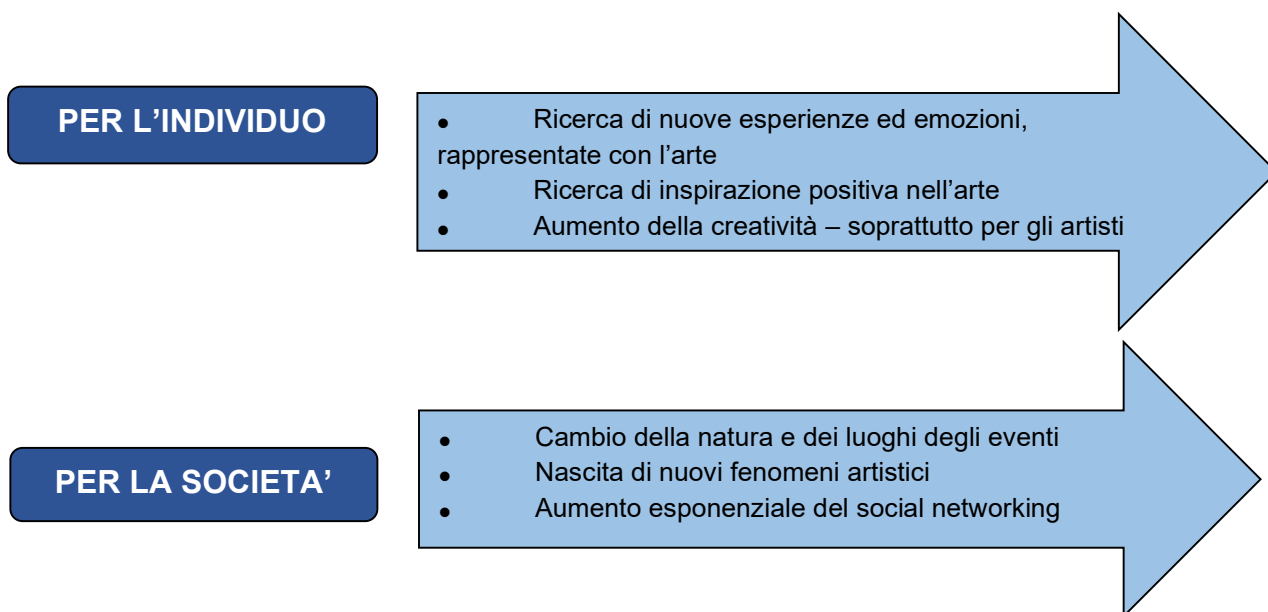


*Transfer Paper: L'arte come espressione della propria identità e realtà di vita*

Un esempio dalla vita quotidiana: contemplazione del giorno “La strada di casa”, sobborghi di Kaunas, 10 giugno 2021, pomeriggio<sup>17</sup>. Tutti questi approcci con l’arte sono molto personali e soggettivi. Le tecniche della performance si possono combinare tra loro, mischiare, o inventare secondo le proprie regole. L’arte permette alle persone di esprimere (attraverso audio, video, fotografia, testo) problemi personali, le cose belle e brutte della vita, o semplicemente di aprirsi a osservazioni dal proprio punto di vista. “Fare arte sulle qualità altrui che si ammirano (o detestano) può aiutare a capire le proprie caratteristiche. Come mi vedo? Come mi vedono gli altri?”<sup>18</sup> Quando si parla di un determinato oggetto o soggetto con il linguaggio dell’arte, si incoraggia l’interazione, che è utile per comunicare meglio con le persone e capirle. Fatto ciò, sarà più facile porsi le domande: “Chi sono? Chi non sono?”.

## 6. ARTE E DIGITALITÀ

Una revisione delle opere raccolte durante la pandemia e condivise con i partner mostra che la pandemia ha avuto un forte impatto sulla vita culturale e artistica dell’individuo e della società e rivela nel diagramma “Temi dell’Arte e del Coronavirus per la società e gli individui come risultato di una mancanza di comunicazione culturale e artistica”:



<sup>17</sup> Video di Kristina fatto di fotografie scattate con il telefono, 0,43 min. Ha usato l’app gratuita Free Youcut: <https://drive.google.com/file/d/1Ts5I3WCTOW6fJtLtEkxQUofByQMaFrTx/view?usp=sharing>

<sup>18</sup> Rebecca Ann Wilkinson, *Positive Art Therapy: Theory and Practice : Integrating Positive Psychology with Art Therapy*. New York: Routledge, 2018. p. 282).

*Transfer Paper: L'arte come espressione della propria identità e realtà di vita*

Nel periodo del Covid-19, si sono verificati due trend diversi nell'attività digitale dei musei e delle gallerie d'arte di tutto il mondo. Da una parte, molti musei e gallerie d'arte hanno esteso maggiormente le loro risorse digitali. Dall'altra, hanno iniziato a sviluppare e presentare nuovi programmi educativi per un'ampia selezione di gruppi di utenti, divisi per età, livello di istruzione, ecc. Sicuramente non poter visitare un vero museo o galleria d'arte e il rischio di perdere utenti ha motivato i professionisti al fine di creare nuove collezioni di arte digitale. Questo aumento del contenuto online con affidabili e importanti informazioni sull'arte è ben accetto e dovrebbe essere visto come il lato positivo della pandemia. Si è anche notato che sono nate nuove gallerie digitali, fondate da artisti o imprenditori di varie organizzazioni, che sono diventate attive grazie alla pandemia.

I partner del progetto hanno scoperto e condiviso una nuova galleria d'arte virtuale: <https://covidartmuseum.com/>.

I fondatori, un gruppo di grafici provenienti da tutto il mondo, sono stati spinti dalla crisi da Covid-19 a creare un museo virtuale e a condividere le creazioni degli artisti isolati nelle loro case. Il principio dietro la scelta delle opere d'arte è il rapporto tra l'opera e il Covid-19. Si è notata una tendenza interessante di alcuni musei, che hanno sfruttato la pandemia come un'opportunità per aggiornare i loro interni e le loro collezioni (es. in Lituania).

Parlando di gallerie d'arte e musei che esistono da anni e che sono affidabili, bisogna mettere in evidenza uno dei più importanti, formato da più di 3.700 musei, archivi e biblioteche europei. Si tratta della piattaforma *Europeana*, <https://www.europeana.eu/en>, la biblioteca virtuale che vanta più di 58 milioni di beni culturali digitalizzati e a disposizione degli utenti. *Europeana* contiene un'ampia selezione di collezioni uniche, dall'arte e la fotografia di moda europea alla musica e ai video.

Con il blocco dei viaggi e del turismo nel 2020 causato dalla pandemia, il team di *Europeana* ha deciso di diffondere ancora di più i tesori culturali europei, offrendo ai visitatori nuove gallerie e mostre digitali. Una di queste è stata la mostra "Alla scoperta dell'Europa", per presentare i tesori culturali europei meno conosciuti. Sono notevoli anche le mostre d'arte sparse per l'Europa, tra cui anche "Volte d'Europa", a cui hanno partecipato gli allora 28 Stati membri UE e altri Stati in Europa come la Norvegia. Tra le altre collezioni degne di nota c'è anche la collezione "Storia dell'arte europea".

Con questa si attraversano 500 anni di storia dell'arte europea. Si parte dal Medioevo, passando per il periodo gotico e rinascimentale.



*Transfer Paper: L'arte come espressione della propria identità e realtà di vita*

È importante notare che alcune collezioni digitali di *Europeana* sono disponibili solo online a causa delle cattive condizioni delle opere. In questo modo è possibile preservare quelle soggette al deterioramento dovuto al passare del tempo, alla temperatura e all'umidità. Si consiglia la mostra virtuale "Ispirazione dalla natura" per trarre ispirazione per le attività di ArtDiCo. I panorami lirici e idealizzati dell'artista Ivan Rabuzin (Croazia) potrebbero essere fonte di ottimismo e ispirazione.

Stimolate dalle difficoltà del periodo della pandemia, diverse strutture commerciali hanno iniziato a caricare in spazi virtuali sempre più risorse e programmi artistici educativi di qualità. Al momento, la creazione di contenuto digitale è una priorità. Per esempio, anche le case editrici, incoraggiate dai consorzi delle librerie del mondo, hanno espanso le loro risorse artistiche digitali dopo la paralisi dei servizi per i lettori: alcune hanno reso gratuite a tutti molte collane, altre solo agli utenti registrati, altre tramite i servizi delle librerie locali.

Il database [Grove Art Online](#), della Oxford University Press, è il perfetto esempio di fonte affidabile per informarsi sull'arte. Il fatto che venga costantemente aggiornato è molto importante per gli utenti. Contiene circa 7000 opere d'arte provenienti da musei, gallerie e dal Metropolitan Museum of Modern Art. Costituisce una fonte importante per insegnanti, studenti e chiunque si interessi di arte. Antico Egitto – Arte del XXI secolo – Arte asiatica – Arte moderna e contemporanea australiana – Cubismo – Dadaismo e Surrealismo – Impressionismo e Post-Impressionismo – Donne nelle arti visive. Di quest'ultima sezione fanno parte anche: Donne e storia dell'arte – Donne e fotografia – Femminismo e arte, con informazioni in ordine alfabetico su una vasta serie di artiste in tutto il mondo.

Durante la prima quarantena, con tutte le restrizioni e chiusure, gli eventi artistici virtuali (performance virtuali, visite online a musei, gallerie o visione dei film dei festival) sono diventati molto popolari. In principio sembravano una buona alternativa all'esperienza artistica dal vivo, almeno creavano l'illusione di star ancora partecipando al mondo dell'arte, anche se attraverso lo schermo di un computer.

Tuttavia, il critico d'arte *Ben Davis* (Stati Uniti) si chiede se questo "consumo" culturale passivo non ci renda ancora più soli e alienati in un momento in cui abbiamo bisogno di contatti sociali. Davis sostiene che le messe in scena, i flash mob e altre pratiche creative, esempi di un'esperienza attiva e personalizzata, avvicinano la comunità più degli eventi



*Transfer Paper: L'arte come espressione della propria identità e realtà di vita*

virtuali e online. Questi esempi ci permettono di vivere l'ambiente, di capire noi stessi e riflettere sugli altri<sup>19</sup>.

La digitalità deve essere usata per evitare la passività, non deve essere quindi solo un processo di osservazione passiva, ma deve coinvolgere tutti nella creazione, nel processo, nella partecipazione: tutto ciò che si raggiunge con la formazione artistica. Questo si può conseguire attraverso strumenti tecnici a disposizione di tutti, come l'uso creativo delle tecnologie d'informazione e comunicazione e dei media di oggi oppure attraverso i canali social e la creazione di video. La digitalità potenzia l'esperienza artistica e costruisce una comunità di persone simili.

Secondo Ben Davis, le opere d'arte sono una valuta simbolica e una banca di immagini. Se non possiamo stare insieme, strumenti di mediazioni ci offriranno l'opportunità di attingere comunque alla parte sociale dell'esperienza artistica. È il momento perfetto per l'arte virtuale e per i gruppi di formazione di trasformare un'esperienza isolata in un'esperienza più condivisa di come ci si sente a cercare di capire il mondo di oggi.

## 7. LINEE GUIDA PER IL PROGETTO: ELABORARE BUONE STORIE

Alcune linee guida potrebbero essere utili per elaborare una buona storia. In questo frangente, di seguito, condividiamo tre esempi per l'elaborazione di una storia.

### Tre esempi suggeriti per l'elaborazione

Il primo esempio: *The World at Home and Within Me (Il Mondo in Casa e Dentro di Me)* – è una totalità esperienziale che rivela il sentiero dell'auto-osservazione. Il mondo può essere molto piccolo: limitato allo spazio di una casa, una stanza, o forse di un letto d'ospedale, una cucina, una scrivania. Ma può anche essere più grande: il giardino dell'artista, una strada, un quartiere residenziale. Insieme, tutto il mondo può essere accessibile grazie ai social media, a internet o alla televisione. Il tema vuole rivelare l'esistenza dei



<sup>19</sup> Intervista con il critico d'arte Ben Davis "Come ripensare alla missione dell'Arte in tempo di 'Distanziamento Sociale'" -

<https://news.artnet.com/opinion/social-distancing-art-1810029>

*Transfer Paper: L'arte come espressione della propria identità e realtà di vita*

confini, la loro effimerità e l'emergere di nuovi confini. Il tema riguarda il modo in cui il mondo è tagliato fuori dall'individuo in un modo specifico e proibitivo. Allo stesso tempo, è opportuno parlare del ruolo che gioca il libero arbitrio di una persona durante un periodo di isolamento. Per alcuni, un limite è una barriera seria che li separa dalla loro personalità e libertà di espressione, dalla possibilità di muoversi. Per altri, un limite è una fonte di opportunità e un trampolino di lancio verso l'autorealizzazione e la creatività.

Il secondo esempio: *Daily Diaries (Diari quotidiani)* – sull'osservazione e documentazione



della realtà. Tutti abbiamo diversi livelli di felicità e infelicità nella nostra vita quotidiana. La percezione che ogni individuo ha della vita quotidiana è direttamente correlata alle sue esperienze accumulate, all'inconscio collettivo e agli stimoli che sono soggetti a cambiamenti. È un tema che può svolgersi in molte dimensioni diverse: si può creare e ricreare la storia, si può registrare e forse riscrivere la propria vita quotidiana e cambiarla. Una persona può perdere le abitudini e guadagnarne di nuove. Forse c'è creatività nel cambiare il modo di guardare la vita quotidiana senza cambiarla. È come un frammento di saggezza eterna: Dio, dammi la serenità di

accettare ciò che non posso cambiare, il coraggio di cambiare ciò che posso cambiare e la saggezza di capire la differenza.

Il terzo esempio: *Cave or Cage (Grotta o Gabbia)* – è un approccio filosofico e contemporaneo alla sicurezza e al senso di sicurezza. Dove ci sentiamo più sicuri?

quando siamo circondati da metropoli enormi, in cui nessuno ci conosce, nessuno ci critica, in cui siamo poco interessanti per gli altri..... o a casa, dove i nostri difetti, debolezze e altri tratti della nostra personalità e le nostre esperienze sono proprio nel palmo della nostra mano? Ci sentiamo sicuri in un ambiente grande e indefinito dove molte persone sperimentano i sintomi dell'agorafobia (un disturbo dell'adattamento, la paura dei grandi spazi aperti, la paura della folla, e la paura di essere lontani da casa, che si manifesta con estrema ansia o attacchi di panico, comportamento schivo)? Una gabbia è un luogo particolarmente sicuro in caso di certi pericoli (vedi immagine). Tuttavia, può una gabbia essere sicura se iniziassimo a soffrire di claustrofobia a causa di una vita tenuta in sospeso? Quale di queste è una metafora di libertà e quale simbolo di chiusura?



Quale di queste è una metafora di libertà e quale simbolo di chiusura?

## I cinque passi proposti da ArtDiCo

### *Passo n.1 – domande per il discente (poste individualmente o con un mentore)*

Oppure si può scegliere una conversazione che assomigli di più ad una sessione di terapia: la terapia della conversazione con qualcuno che ascolta. **Ascoltare è molto più importante che parlare.**

- Le conversazioni curative sono una forma d'arte in via d'estinzione nelle nostre vite frenetiche.
- L'obiettivo della conversazione è quello di attivare un processo di guarigione psicologica ed emotiva seguendo un percorso dal problematico verso un senso di maggior benessere mentale.
- Anche se spesso arriviamo in terapia con un problema, siamo comunque persone che vogliono essere ascoltate e capite, che vogliono sentirsi importanti, che sperano di imparare ad avere compassione di sé e vogliono trovare aiuto per guarire e vedere sé stessi e la propria situazione di vita sotto una nuova luce.

## Esempi

### *Domande tipo in terapia:*

- Sei d'accordo che si può essere consapevoli che la fine di qualcosa è anche l'inizio di qualcosa di nuovo?
- Cosa ne pensi della riscrittura umoristica della narrativa? Un partecipante potrebbe promuovere il benessere emotivo e la resilienza riscrivendo in chiave umoristica una precedente narrativa imbarazzante o vergognosa.
- Sapresti trovare un'analogia per il processo attraverso il quale gli interventi positivi mirano ad aumentare l'autenticità? Si chiama Metafora di David.
- Quali atti di gentilezza casuali saresti in grado di fare? Questa routine aumenta il proprio benessere compiendo consapevolmente atti di gentilezza.
- Hai mai sognato di creare atti di godimento del presente tutti tuoi? Se sì, probabilmente sarai d'accordo che godersi i piccoli momenti piacevoli di tutti i giorni migliora la vita.

Un mentore e un discente insieme potrebbero porsi domande semplici, come:

- Quando è iniziata la tua storia?
- Cosa c'è di così interessante nella tua storia?

*Transfer Paper: L'arte come espressione della propria identità e realtà di vita*

- Che messaggio vuoi trasmettere?

*Passo n.2: interpretazione del tema (individuale)*

- L'uso di un tema aiuta il pubblico a seguire e capire più facilmente.
- I temi sono più facili da ricordare. Le persone ricordano i messaggi, non i fatti.
- I temi servono per focalizzare l'attenzione – ci aiutano a selezionare le informazioni e a decidere cosa includere nella narrazione.
- I temi aiutano a organizzare il materiale e a dargli una struttura.
- Un tema è un *messaggio*.

La pratica dell'interpretazione tematica comporta una comunicazione basata su un tema da parte dell'interprete o dei comunicatori. In genere gli interpreti sono tenuti a presentare al pubblico argomenti complessi (a volte potenzialmente aridi) in modo interessante e coinvolgente. L'approccio tematico può coinvolgere qualsiasi metodo che aumenta la rilevanza del tema dell'interprete per il pubblico, per esempio, paragoni, analogie e storie che collegano cose non familiari alle cose che il pubblico già conosce.

*Passo n.3: capire e decifrare i simboli<sup>20</sup> (individuale, usando materiale aggiuntivo e simboli comprensibili in tutto il mondo)*

I simboli sono un mezzo di comunicazione complesso che spesso può avere più livelli di significato. I simboli sono la base di tutta la comprensione umana e servono come veicoli di concezione per tutta la conoscenza umana. I simboli facilitano la comprensione del mondo in cui viviamo, servendo così come base per i nostri giudizi. In questo modo, le persone usano i simboli non solo per dare un senso al mondo che le circonda, ma anche per identificarsi e cooperare nella società attraverso una retorica costitutiva.

Le culture umane usano i simboli per esprimere ideologie e strutture sociali specifiche e per rappresentare aspetti della loro cultura. Quindi, i simboli hanno significati che

---

<sup>20</sup> 1. Cirlot, Juan-Eduardo, 1916–1973, autorius. *Dizionario dei simboli* / di Juan Eduardo Cirlot ; tradotto dallo spagnolo da Jack Sage e Valerie Miles ; prefazione di Herbert Read ; postfazione di Victoria Cirlot. Versione aggiornata ed estesa. New York : New York Review Books, 2020. xv, 553 puslapiai : iliustracijos ; 22 cm. ISBN 9781681371979.

2. Wilson, Matt, autorius. *I simboli dell'arte* / Matt Wilson. New York : Thames & Hudson Inc., 2020. 175 puslapiai. ISBN 9780500295748.

3. *Il libro dei simboli* / caporedattrice Ami Ronnberg, redattrice Kathleen Martin ; *L'Archivio per la ricerca nel simbolismo archetipico*, Köln : Taschen, 2010. 807 p. : iliustr. ISBN 9783836514484.





*Transfer Paper: L'arte come espressione della propria identità e realtà di vita*

dipendono dal background culturale di una persona; in altre parole, il significato di un simbolo non è inerente al simbolo stesso ma viene imparato attraverso la cultura.

Concetti e parole sono simboli, così come le visioni, i rituali, le immagini, gli usi e costumi della vita quotidiana. La realtà trascendentale si rispecchia in loro. Ci sono molte metafore che riflettono e implicano qualcosa che, anche se espresso in vari modi, rimane indescrivibile e che, anche se reso multiforme, rimane imperscrutabile. I simboli tengono la mente legata alla verità, ma non sono la verità, quindi è illusorio prenderli in prestito. Ogni civiltà, ogni epoca, deve portare avanti i suoi.

Un simbolo è un'immagine visiva o un segno che rappresenta un'idea, un indice di verità universale.

*Passo n.4: raccontare un'esperienza personale (individuale)*

Un'esperienza personale è un pezzo di storia che esplora un'esperienza specifica e racconta la storia dell'esperienza o dell'evento dal punto di vista dell'individuo. I saggi personali o i film illustrano come un conflitto o evento personale lascia un segno o come cambia le nostre visioni e prospettive. Una storia personale è composta da tre parti principali: introduzione, corpo e conclusione. Raccontare una storia personale è un'opportunità per mostrare forza, leadership e l'abilità di superare le difficoltà.

*Passo n.5: condividere una prospettiva personale (sotto la supervisione di un mentore)*

Questo è il passo più semplice per quanto riguarda l'improvvisazione e il risultato finale: un mentore deve essere pronto a rispondere ad ogni domanda, a prestare attenzione ad un partecipante e mettere a disposizione il suo tempo per eventuali consulenze.

Sulla base di ciò che è stato fornito da ciascuno dei partner, guardando al futuro, questo potrebbe essere un ottimo materiale per la produzione di un video.

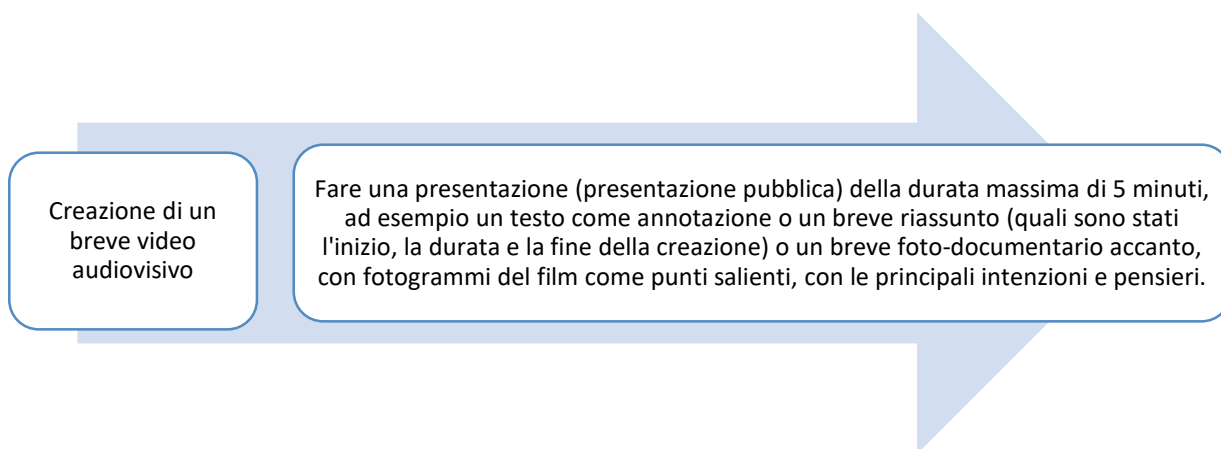
*Transfer Paper: L'arte come espressione della propria identità e realtà di vita*

## METODI DI VALUTAZIONE

I metodi scelti per questo progetto sono quelli utilizzati nel curriculum dell'arte-terapia e possono essere utili per creare arte in condizioni estreme (in questo caso, durante una pandemia), per creare arte socialmente impegnata o per trovare un'espressione artistica visiva di fronte alla perdita o alla mancanza di qualcosa. In questi casi, non solo il risultato artistico è molto importante, ma anche il processo di creazione dell'arte, la sua durata, l'esperienza della contemplazione quotidiana.

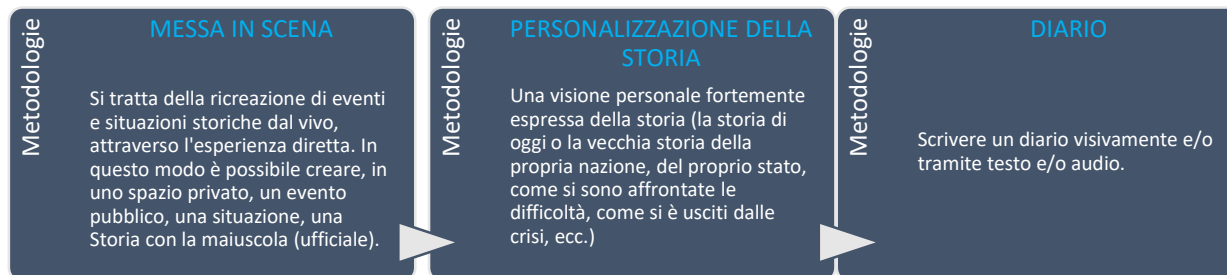
Pertanto, il campo di valutazione comprende non solo l'opera creata, ma anche la stesura di un diario-rapporto. Entrambi (l'opera e il diario-rapporto) devono essere presentati alla fine del progetto.

### COMPITO CREATIVO:



### IL PROGETTO PROPONE POSSIBILI METODOLOGIE:

di creazione e ricerca (potete usarne diversi o uno solo o sceglierne uno vostro):



*Transfer Paper: L'arte come espressione della propria identità e realtà di vita*

**CRITERI DI VALUTAZIONE PER IL COMPITO PRINCIPALE - UN'OPERA D'ARTE IN TERMINI DI COVID:**

1. La valutazione del lavoro terrà conto degli aspetti comunicativi ed estetici (audio)visivi, cioè sarà valutato il livello di difficoltà del compito;
2. La creatività e la qualità della performance (processo e risultato);
3. La portata (da valutare in relazione al tempo e ai materiali forniti nel diario);
4. Chiarezza e concretezza della presentazione.

*Transfer Paper: L'arte come espressione della propria identità e realtà di vita*

## 8. CONCLUSIONI

1. Tutti questi approcci all'arte sono essenzialmente molto personali e soggettivi. Le tecniche di esecuzione possono essere combinate tra loro, mescolate o inventate con le proprie regole.
2. L'arte permette alle persone di parlare ad alta voce (audio, video, foto, testo) su questioni molto personali, le cose buone o cattive della vita, o semplicemente per aprire le osservazioni dal proprio punto di vista.
3. "Fare un lavoro artistico sulle qualità degli altri che ammirano (o non amano) può aiutarli a farsi un'idea delle proprie caratteristiche. Come mi vedo io? Come mi vedono gli altri?" (*Wilkinson, 2018*)
4. Quando si comunica su un oggetto o un soggetto scelto con il linguaggio dell'arte, si favorisce l'interattività, che aiuta a comunicare meglio con gli altri e a comprenderli.
5. Allora è più facile da domandarsi "chi sono io? Chi non sono?"

## 9. BIBLIOGRAFIA

Per il primo step: sulle idee, l'osservazione e la contemplazione:

1. Saltz, Jerry. *Come essere un artista*. London : Ilex Press, 2020. 128 pagine, 1 pagina non numerata : illustrazioni ; ISBN 9781781577820.
2. Winner, Ellen. *Come funziona l'arte: un'esplorazione psicologica*. New York : Oxford University Press, 2019. x, 304 pagine: illustrazioni; ISBN 9780190863357.
3. Hodge, Susie. *Come l'arte può cambiare la tua vita* . Londra: Thames & Hudson, 2022. 191 pagine : illustrazioni; ISBN 9780500024935.

Per il processo:

4. *Dizionario dell'arte* / Istituto di Cultura e Arte, Accademia delle Arti di Vilnius ; [comitato editoriale: Jolita Mulevičiūtė (caporedattore) ...[et al.]. Vilnius : Casa editrice dell'Accademia delle Arti di Vilnius, 1999. 494 p. : ill. ISBN 9986571448.
5. Botton, Alain de. *L'arte come terapia* / Alain de Botton, John Armstrong. Ristampato. London : Phaidon Press Limited, 2016. 239 p. : iliustr. ISBN 9780714872780
6. Cooper, Patricia. Ken Dancyg. *Scrivere il cortometraggio*. Londra: 2005. Routledge, 370 p. Terza edizione. ISBN 9781138129863.

Per l'ultimo step - montaggio, presentazione:

7. Cooper, Patricia. Ken Dancyg. *Scrivere il cortometraggio*. Londra: 2005. Routledge, 370 p. Terza edizione. ISBN 9781138129863.
8. Stockman, Steve. *Come girare video che non fa schifo*. New York: Workman Publishing, 2011.
9. Harvey, Bob. *Come fare il proprio video o cortometraggio*. Oxford: Come libri, 2008.

Per saperne di più sull'arte:

10. *Il libro dei simboli* / caporedattore Ami Ronnberg, curatrice Kathleen Martin ; Archivio per la ricerca sul simbolismo archetipico. Colonia : Taschen, 2010. 807 p. : illustrazioni. ISBN 9783836514484.



*Transfer Paper: L'arte come espressione della propria identità e realtà di vita*

11. Cirlot, Juan-Eduardo, 1916-1973, autore. *Dizionario dei simboli*. Traduzione dallo spagnolo di Jack Sage e Valerie Miles; prefazione di Herbert Read; postfazione di Victoria Cirlot. Edizione riveduta e ampliata. New York : New York Review Books, 2020. xv, 553 pagine : illustrazioni ; ISBN 9781681371979
12. Gombrich, Ernst Hans, 1909-2001, autore. *Arte e illusione : uno studio sulla psicologia della rappresentazione pittorica* : con 320 illustrazioni. Londra : Phaidon, 1996. XIV, 386 pagine : illustrazioni. ISBN 0714817562.
13. Gombrowicz, Witold, 1904-1969, autore. *Diario : [saggio]* ; [traduzione dal polacco di Irena Aleksaitė]. Vilnius : Vyturys, 1998- 3 volumi. ISBN 579000895X.
14. Lauri L. Hyers. *Metodologia del diario*. Oxford University Press, 2017. 223 pagine. ASIN B077TXLDXZ.
15. *Arte, terapia, salute : [raccolta di articoli scientifici]* / compilatori Stanislovas Mostauskis, Audronė Brazauskaitė ; Accademia delle Arti di Vilnius, Facoltà di Kaunas, 2017. 312 pagine : illustrato. ISBN 9789955154181.
16. *The Oxford Dictionary of Art* ; a cura di Ian Chilvers e Harold Osborne ; consulente editoriale Dennis Farr. Oxford ; New York : Oxford University Press, 1994. 548 p. : illustrazioni. ISBN 0192800221.
17. Ward, Ossian. *Modi di guardare : come vivere l'arte contemporanea*. Londra: Laurence King Publishing, 2014. 176 p. ISBN 9781780671932.
18. *Il Manuale Wiley di Arteterapia* / A cura di David. E. Gussak e Marcia L. Rosal. Chichester : Wiley Blackwell, 2016. 874 p. : illustrazioni. ISBN 9781118306598.
19. Wilkinson, Rebecca Ann. *Arte terapia positiva: teoria e pratica: Integrare la psicologia positiva con l'arte terapia*. New York : Routledge, 2018. 282 p. ISBN 9781138908918.
20. Wilson, Matt, autore. *Simboli nell'arte*. New York : Thames & Hudson Inc., 2020. 175 pagine. ISBN 9780500295748

