



**PROMOZIONE  
DELLA PRATICA ARTISTICA  
*nel*  
SETTORE DEL  
BENESSERE MENTALE**







**PROMOZIONE  
DELLA PRATICA ARTISTICA**  
*nel*  
**SETTORE DEL BENESSERE MENTALE**

A cura di  
**Raquel Losada, Rosa Almeida,**  
con la collaborazione speciale di **Jessica Hurrel,**  
a nome della **Fundacion Intrus** per **NEFELE project**

2017

Co-finanziato da  
Programma Europa Creativa  
dell'Unione europea



**nefeleproject.eu**



Networking European  
FEstivals for Mental Life  
Enhancement

[www.nefeleproject.eu](http://www.nefeleproject.eu)



SOCIAL COOPERATIVE ACTIVITIES  
FOR VULNERABLE GROUPS

K.S.D.E.O. "EDRA", Greece  
[www.edra-coop.gr](http://www.edra-coop.gr)



FIRST FORTNIGHT

First Fortnight, Ireland  
<http://firstfortnight.ie>

FUNDACIÓN  
**Intras**

Fundacion Intras, Spain  
[www.intras.es](http://www.intras.es)



Euro-Net, Italy  
[www.synergy-net.info](http://www.synergy-net.info)



Aukstelke A.S.O.K., Lithuania  
<http://aukstelkesgn.lt>

Co-finanziato da  
Programma Europa Creativa  
dell'Unione europea



Il progetto **NEFELE** (**N**etworking **E**uropean **F**estivals for **m**ental **L**ife **E**nhancement) mira a rafforzare tutti i tipi di creazione artistica connessa con il campo della salute mentale al fine di:

- a) combattere la Stigmatizzazione delle persone che soffrono di disturbi mentali, così come della società nel suo insieme
- b) ampliare le attività culturali a vantaggio degli artisti
- c) arricchire le procedure terapeutiche

**Gli obiettivi del progetto sono:**

- L'organizzazione del 1° Festival pilota europeo delle Arti incentrato sulla Salute Mentale ad Atene, Grecia - Ottobre 2016
- La creazione di una rete europea dei Festival d'arte per la salute mentale, che verrà sviluppato durante la conferenza di fondazione nel gennaio 2017 ad Atene, Grecia
- Lo sviluppo di strumenti che supportino l'uso delle Arti nel campo della salute mentale

**Il concetto di base del progetto NEFELE è:**

- promuovere la creazione di Festival che colleghino le Arti con la Salute Mentale nei Paesi in cui non esiste tale attività e migliorare i festival già esistenti
- incoraggiare la partecipazione degli artisti e creare nuove opportunità professionali
- promuovere la partecipazione delle autorità rilevanti nel settore e aumentare l'interesse della comunità
- sostenere ogni attività che a livello nazionale condivida obiettivi comuni.

Il progetto è realizzato da un partenariato di organizzazioni che provengono da cinque Paesi membri dell'UE - Grecia, Irlanda, Italia, Spagna, Lituania – per la creazione di un arco di sostegno a partire dal nord-ovest dell'Europa, abbracciando il Sud Europa fino a raggiungere il Sud-Est dell'Unione europea. Il coordinatore del progetto è l'organizzazione greca 'Social Cooperative Activities for Vulnerable Groups (K.S.D.E.O.) "EDRA", con ha sviluppato grande esperienza nel campo dell'arte e della salute mentale attraverso il art4more Festival ([art4more.org](http://art4more.org)), che è stato organizzato in Grecia su base annua dal 2007. Il partenariato è composto da: K.S.D.E.O. "EDRA"/ Grecia, First Fortnight / Irlanda, Fundacion Intrus / Spagna, EURO-NET / Italia e ASOK / Lituania

## Contenuti

Introduzione p.5

Arte come Terapia p.7

Ricondurre allo scopo p.9

Ristrutturare non Limitare p.11

Benessere Mentale e Creatività p.13

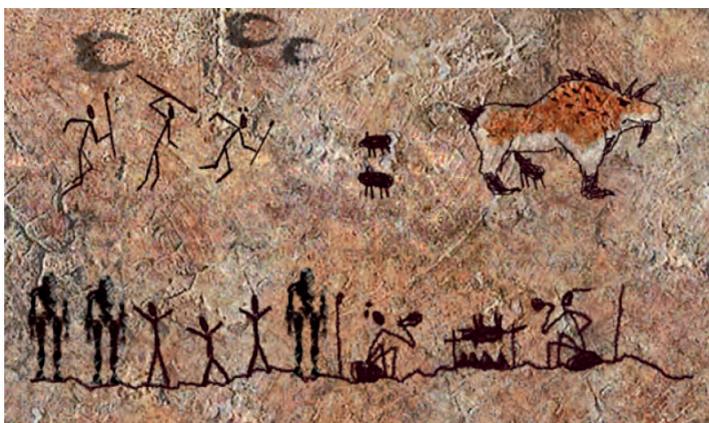
Riconoscere il Talento ed Esplorare gli Interessi p.16

Entrare nel mondo dell'Arte:  
Incoraggiamento, Coinvolgimento, Integrazione p.19

Bibliografia p.24

## Promozione della Pratica Artistica nel settore del Benessere Mentale

L'arte è una vasta gamma di attività umane tra creazione visiva, uditiva o l'esecuzione di manufatti - opere d'arte, che esprimono le abilità immaginative o tecniche dell'autore, destinate ad essere apprezzate per la loro bellezza e potere emozionale.



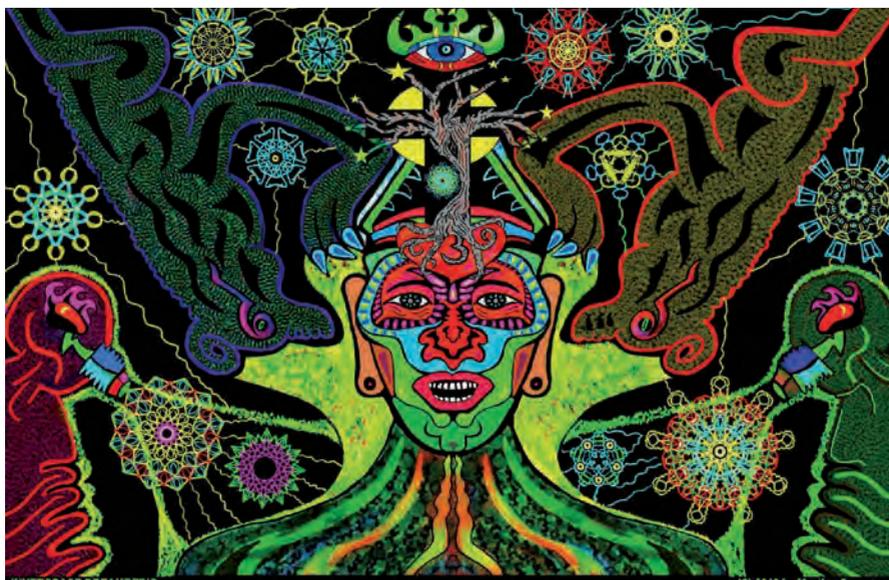
L'arte è stata usata come un mezzo per comunicare pensieri e idee fin dall'inizio della storia umana e, anche se le sue forme si sono evolute tanto quanto la nostra coscienza, da quei primi disegni sulle pareti delle grotte alle interpretazioni elaborate d'arte moderna di oggi, rimane uno strumento fondamentale nel nostro apprendimento, la comprensione e l'espressione della vita - il mondo intorno a noi così come dentro di noi.

La pratica artistica di per sé ha un effetto terapeutico evidente per chiunque ne prenda parte. E' sia un hobby rilassante e gratificante che un'attività che ha dimostrato di ridurre i livelli di stress, alleviare il pensiero

offuscato e fornire un generale senso di calma, benessere e stupore per la bellezza della vita. In un mondo dove i processi cerebrali dell'emisfero sinistro, come logica, pensiero analitico, pianificazione strategica e comunicazione verbale, vengono premiati con il valore più alto e costituiscono la maggior parte della nostra attività mentale per tutta la giornata, l'arte invita questa parte del nostro cervello a riposare, permettendo quindi alla creatività, ai processi non verbali e basati sui sentimenti di venire alla ribalta. In una società dove l'intelligenza intellettuale è promossa come la più alta forma di realizzazione, e dove i nostri sistemi di istruzione sono concentrati sull'insegnare ai bambini come fare equazioni matematiche prima di imparare a elaborare emozioni e sentimenti espressi, non c'è da meravigliarsi nell'assistere ai più alti tassi di depressione e disagio mentale mai visti prima sul nostro pianeta. Gli sforzi creativi permettono di esprimere esperienze e sensazioni altrimenti indescrivibili a parole e godere dell'intero spettro dell'esperienza umana, non solo in bianco e nero, ma dell'intero arcobaleno di colori, emozioni, visione e immaginazione.

## Arte come Terapia

L'idea che l'espressione creativa possa avere un forte impatto sul recupero della persona dalla malattia ed essere d'aiuto nel processo di guarigione è stato abbracciata per secoli da diverse culture di tutto il mondo. Nel corso della storia documentata, le persone hanno usato immagini, storie, balli e canti per esprimere e meglio accettare la loro malattia ed essere motivate verso la guarigione. La capacità dell'arte e dell'espressione creativa di tirar fuori i pazienti dal mondo immediato della sintomatologia, consentendogli di esprimersi e connettersi con la loro parte più profonda, forse il subconscio, con elementi della loro esperienza, permettendo l'accesso ai sentimenti ed interpretando la loro situazione da un punto di vista alternativo, è stato ritenuto di grande aiuto al loro recupero complessivo. Gli studi hanno dimostrato che l'accesso all'arte in un ambiente ospedaliero, non solo migliora il senso di benessere dei pazienti, ma potrebbe effettivamente ridurre il loro tempo di recupero complessivo.



L'arte è stata usata nel supporto e nel trattamento degli utenti del servizio di benessere mentale dal 1900. Nella prima parte del ventesimo secolo, arti e mestieri sono stati utilizzati ampiamente come parte del trattamento di persone con problemi di salute mentale. Il naturale orientamento agli obiettivi di attività creative come la tessitura del cesto, l'attività di cucito e la lavorazione del legno sono stati considerati come aventi un effetto terapeutico e la compensazione di progetti impegnativi con obiettivi raggiungibili è ancora oggi considerata una tecnica molto utile nel favorire l'autostima, e sentimenti di realizzazione e di autostima, che sono tutti aspetti essenziali nel recupero di una malattia mentale. La convinzione che l'attività fosse essenziale per il benessere implicava mantenersi attivi, sia fisicamente che mentalmente, e l'approccio olistico era prioritario. Tuttavia, nel corso del XX secolo, la cura della salute mentale è stata plasmata da un approccio più bio-medico che si è concentrato sulla patologia, sulla riduzione dei sintomi e sulla ricerca degli aspetti più fisiologici della malattia mentale come la neuroscienza e la genetica. Questo ha causato una diminuzione delle arti-terapie, in quanto non hanno avuto più lo stesso peso degli approcci medici scientifici. Un altro cambiamento è comunque avvenuto nel 1980 con l'obiettivo di tornare ad un approccio bio-psico-sociale più olistico. L'idea che la malattia mentale non fosse una condizione incurabile cronica, e la nascita di un focus sulla comprensione e sulla consapevolezza di ciò che significava vivere con la malattia mentale e il rispetto della volontà del singolo divenne prevalente. La salute mentale come questione di contenuto psicologico, percettivo ed emotivo, ancora una volta, richiese il sostegno delle terapie artistiche e la loro capacità di andare oltre il superficiale, lo strato sintomatico e affrontare l'aspetto emotivo della condizione. Le malattie mentali rappresentano una complessa interazione di fattori fisici, psicologici, sociali e spirituali, e sono quindi difficili da trattare. Le attività basate sull'arte hanno attirato un crescente interesse in questo campo, in quanto offrono un approccio centrato sulla persona e orientato al recupero che abbraccia bisogni emotivi, sociali e spirituali accanto alla clinica.

Un aspetto fondamentale di tutte le terapie è quello di incoraggiare le persone a impegnarsi nell'auto-esplorazione. Le terapie espressive, come l'arte, incoraggiano non solo l'auto-esplorazione, ma anche l'utilizzo dell'espressione di sé attraverso una o più modalità, come una parte centrale del processo terapeutico. In questo modo, le terapie espressive sono di fondamentale valore all'interno del campo della salute mentale, in particolare per le persone con problemi di salute mentale, che hanno una limitata capacità di esprimersi verbalmente.

Mentre la terapia verbale rimane la forma più diffusa di psicoterapia oggi, essa limita l'espressione esclusivamente a quello che può essere messo in parole. Emozioni e sentimenti, per loro stessa natura, tendono a non essere facilmente descritti in questo modo, essi vanno filtrati oltre la parte del pensiero cosciente di noi stessi e sono più radicati negli aspetti reattivi e istintivi del nostro essere. Per questo motivo, quando si parla e si esprime cosa si prova a sperimentare una malattia mentale, o le sensazioni e le reazioni che influenzano quello stato mentale, l'arte terapia è in grado di offrire un linguaggio più accessibile con cui esprimersi.

## Ricondurre allo scopo

Per molte persone una diagnosi di malattia mentale causa perdita di indipendenza, perdita di autonomia, e l'esclusione definitiva da parte di alcuni degli aspetti più fondamentali della vita nella società. L'Organizzazione Mondiale della Sanità riconosce che il benessere mentale non è semplicemente l'assenza di difficoltà di salute mentale, ma piuttosto si tratta di "uno stato di benessere in cui ogni individuo realizza la sua/il suo proprio potenziale" e "può lavorare in modo produttivo e fruttuoso, ed è in grado di dare un contributo alla propria comunità". La buona salute mentale quindi si basa molto sull'inclusione e sulla contribuzione, un quantitativo minimo di responsabilità e di scopo e un senso generale di valore all'interno della comunità. Questi sono aspetti della vita che spesso diamo per scontato, ma sono elementi rudimentali di co-esistenza come esseri umani. Per avere un senso di autostima e prospettive per la produttività, si devono riconoscere le proprie abilità e i propri talenti e sentire che hanno valore per il mondo circostante. Purtroppo, questo non avviene sempre nei casi di persone con diagnosi di una malattia mentale. Dopo la diagnosi si tende a concentrarsi sui limiti della malattia, sulla mancanza di capacità di lavorare in un ambiente stressante, sulla mancanza di capacità di esprimersi chiaramente, sulla mancanza di controllo delle emozioni estreme, sulla perdita della vita che si aveva una volta. Tuttavia, alla luce della nuova attenzione sul recupero dalla malattia mentale come processo che non parte necessariamente dall'eliminazione dei sintomi, o dal tentativo di rendere la persona adatta ad elementi di un mondo che non soddisfa il loro punto di vista specifico della vita, ma piuttosto parte dal riconoscimento e dalla convivenza con i sintomi e la costruzione di una vita piena, confortevole e produttiva, comprendere e lavorare con l'individuo verso un obiettivo, iniziano a diventare l'approccio desiderato alla riabilitazione.

specific perspective on life, but rather recognizing and living with the symptoms, and constructing a fulfilling, comfortable and productive life, understanding and working with the individual towards a target or goal has become the desired approach to rehabilitation.

Molte unità di salute mentale stanno ora tentando di restituire autonomia ai loro pazienti, non solo loro includendoli nel processo decisionale per la loro cura e il trattamento specifico, ma anche chiedendo loro di considerare dove si vedono in futuro, definendo obiettivi specifici, come ad esempio tornare a vivere nella comunità, rientrando nella forza lavoro, o anche semplicemente partecipando ad eventi a cui erano soliti partecipare, e quindi costruendo un piano chiaro e definendo strumenti per raggiungere tali obiettivi. Come per chiunque, la loro pianificazione di un futuro è spesso difficile, e poiché richiede una onesta introspezione e la consapevolezza dei propri desideri, è sempre soggetta a modifiche. La maggior parte dei giovani hanno una certa idea di ciò che la loro vita sarà quando raggiungeranno una certa età, però, la realtà è di solito molto diversa! Proiettare se stessi nel futuro e credere nella possibile realizzazione di alcuni obiettivi è una forza trainante incredibile e stimolo per la partecipazione, non solo nella riabilitazione, ma nella vita in generale. Un sostegno adeguato e piani su misura specifici per l'individuo sono di primaria importanza per il raggiungimento di questi obiettivi. Gli obiettivi fissati dovrebbero essere realistici, ma non devono mai essere limitati o ristretti da pregiudizi percepiti sulle capacità degli individui o dalla possibilità di realizzazione limitata esclusivamente a causa di una diagnosi di malattia mentale.

## Ristrutturare non Limitare

Uno dei vantaggi di vivere in un mondo con più di sette miliardi di persone è che ognuno di noi ha diversi punti di vista, interessi e talenti da mettere sul tavolo e possiamo sempre imparare gli uni dagli altri. Tuttavia, il primo passo per essere in grado di offrire un regalo personale al mondo è riconoscere e coltivare questi talenti. Purtroppo, il riconoscimento e la realizzazione di queste attitudini individuali passa spesso in secondo piano per perseguire l'eccellenza in settori alquanto limitati, ma più apprezzati, che compongono la nostra società orientata al progresso, in cui i soldi sono valutati come una delle più importanti motivazioni per la scelta di un percorso di carriera, e dove alcune persone non hanno la possibilità di esplorare altri aspetti della loro naturale capacità.



In un mondo dove l'innovazione e gli avanzamenti innovativi sono al centro dei principali progressi, la gente come Steve Jobs e Mark Zuckerberg stanno mettendo la creatività e il pensiero laterale al centro dell'attenzione per i dipendenti.

La validità nel mondo del lavoro non si basa più esclusivamente sulle abilità intellettuali o sulla capacità di rispettare e soddisfare la politica aziendale, ma si considerano piuttosto l'esperienza, la visione e l'inventiva come elementi essenziali per qualsiasi affare in crescita.

La diagnosi di una malattia mentale, che può limitare l'individuo nella partecipazione ad alcuni percorsi di carriera convenzionale, è spesso visto come un elemento negativo, ma un leggero cambiamento di prospettiva può trasformare questa visione in qualcosa di molto più positivo. Subire una diagnosi di malattia mentale non è altro che la constatazione che la mente di una persona abbia la tendenza a pensare, analizzare e interpretare il mondo che lo circonda in modo diverso dalla percezione comune. Queste differenze dovrebbero essere valutate come equivalenti se non più preziose delle abilità della mente media. Come con tutti gli esseri umani, è l'applicazione di una prospettiva individuale a qualsiasi compito che può trasformarlo al di là di quanto è già stato fatto. Queste differenze positive nel modo di pensare e percepire delle persone con strutture mentali alternative devono essere esplorate, ampliate ed espresse attraverso percorsi produttivi specifici per gli interessi degli individui e i loro talenti.

Come con qualsiasi altra malattia cronica, una diagnosi di malattia mentale richiede una rivalutazione e ristrutturazione della propria vita. Potrebbe essere necessario passare in secondo piano o eliminare del tutto alcuni aspetti che erano un tempo considerati centrali per la vita di tutti i giorni, a favore di attività che meglio si adattano al proprio stato mentale attuale. Tuttavia, questa non deve essere considerata esclusivamente una perdita. Esso fornisce alla persona la possibilità di esplorare altre strade di produttività e sviluppo dei propri talenti e interessi, forse inesplorate nel passato. Una di queste vie potrebbe essere il campo creativo. Musica, arte, teatro, letteratura e danza, offrono molte opportunità per l'introspezione, la comunicazione, la guarigione e il successo.

## Benessere Mentale e Creatività

L'idea dell' "artista torturato" e il legame tra la malattia mentale e la produzione di grandi opere d'arte è una leggenda che è circolata in questo campo per migliaia di anni. Alcuni dei grandi geni del mondo artistico come Mozart, Van Gogh, Sylvia Plath, tra i tanti, non solo hanno sofferto di malattie mentali, ma si sono visti anche accreditare alcune delle loro opere più famose come risultato di questi stati alterati del loro pensiero e di estrema esperienza emotiva. Una rapida occhiata agli artisti più apprezzati del nostro tempo rivelerà i livelli estremamente elevati di depressione, bipolarismo e schizofrenia registrati tra loro. Perché c'è apparentemente un solido legame tra creatività e malattia mentale?





Una possibile risposta a questa domanda è nella chimica del cervello di un artista, che ha molte somiglianze con quella di alcune malattie mentali. Nella schizofrenia e nei disturbi bipolari, studi neurologici hanno rilevato notevolmente elevata l'attività nel lobo frontale, il principale collegamento tra il lobo temporale e parietale, che è la parte del cervello che si occupa di conoscenza e concetti. C'è iperattività in quest'area, in particolare nella corteccia prefrontale, che può portare a deliri o allucinazioni, come tipicamente è stato riscontrato nella schizofrenia e nella depressione maniacale. Anche gli artisti e le persone con capacità più elevate di pensiero creativo hanno mostrato alti livelli di attività in questo settore.

Le nostre esperienze di vita accumulate e le credenze strutturate che sviluppiamo a causa di queste esperienze, sono ciò che ci permettono di avere una visione concreta molto stabile del mondo intorno a noi, questo è ciò che ci dà il nostro attaccamento alla "realtà". Tuttavia, durante i periodi di malattia mentale, l'iperattività in quest'area del cervello può consentirci di trarre conclusioni o elaborare idee che contraddicono completamente la visione generale del mondo, collegando avvenimenti apparentemente non collegati, e questo avviene spesso dove subentrano panico, paranoia, malattia e comportamento irregolare. Questa disconnessione dalla solita visione che abbiamo del mondo, che è esistita ed è stata apparentemente immutabile per tutta la vita, può essere molto sconvolgente e difficile da affrontare per chi soffre di una malattia mentale. La mancanza di punti di riferimento o della capacità di pensare, come di solito si farebbe, in maniera chiara e logica, può spaventare. Tuttavia, è proprio questa carenza di pensiero della parte sinistra del cervello, questo passaggio dal pensiero analitico, che si concentra sullo smontare le cose e guardarle separatamente, al pensiero analogico, che è il processo di pensiero dei sogni e permette i collegamenti tra i concetti apparentemente non correlati basati su piccole similarità, che causa i deliri dei malati di mente, ma permette anche la creazione di nuove idee, visioni senza restrizioni dalle leggi della realtà, ed, infine, consente alla mente di vagare in un territorio irraggiungibile dai limitati processi di pensiero quotidiani della parte sinistra del cervello. Nell'orientamento "9-5", la società capitalista del mondo occidentale, questo modo di pensare non è facilmente accettato nella vita quotidiana. Esso porta con sé tutta una serie di difficoltà da affrontare come la comunicazione irregolare, l'attività sporadica e la mancanza di chiarezza o di scopi definiti, che non si integrano bene in un ambiente di lavoro medio. Tuttavia, nel mondo dell'arte, è possibile creare opere artistiche stupefacenti grazie ad una mente espansiva, e questo lavoro non è inficiato dalle alterazioni

della percezione della realtà, in quanto non è necessario conformarsi alle forme accettate di comportamento durante la creazione artistica. Questo processo non richiede l'impostazione di un orario lavorativo, né un comportamento tranquillo; la creazione di grandi opere richiede solo visione, immaginazione, motivazione e abilità tecnica.

## Riconoscere il Talento ed Esplorare gli Interessi

Passare dal godere di una visita mensile ad una galleria d'arte immaginando se stessi come un artista professionista con una carriera nelle arti, è un salto piuttosto importante da fare per chiunque, per non parlare di qualcuno che sta imparando a convivere con una malattia mentale. Tuttavia, interesse e divertimento, così come potenzialità e attitudine, possono essere esplorati da un ambiente molto informale, partendo, su piccola scala, con corsi d'arte di base. L'esplorazione nelle arti può essere una prospettiva scoraggiante, soprattutto per coloro che non hanno mai ritenuto questa come una valida opzione. Per molti adulti di oggi, la pittura e il disegno sono stati solo dei passatempi fino all'età in cui la lettura, la scrittura e altre attività intellettuali sono diventati centrali per il loro apprendimento. In quanto tale, per alcune persone, un certo timore può venire con l'introduzione all'attività artistica, in quanto la maggior parte dei nostri sforzi in altre aree sono controllati e valutati sulla base di una scala specifica di merito. Per questo motivo è assolutamente necessario un'introduzione all'arte priva di specifiche o di livelli di competenza. L'obiettivo principale dovrebbe essere il divertimento. Fornire uno spazio protetto in cui si può cominciare ad esplorare le molteplici sfaccettature e possibilità disponibili attraverso la creatività. La disponibilità di una vasta gamma di strumenti sarebbe ottimale per fornire ai partecipanti quante più opzioni di espressività possibili, in quanto non tutti gli strumenti saranno adatti a tutti e l'arte ha molti sbocchi da offrire, dalla pittura e scultura, alle ceramiche e tessuti e persino alla fotografia e cinematografia. Se qualcuno trova un'affinità con una certa forma di creatività, se la trova interessante, stimolante, divertente e vuole approfondire gli elementi più tecnici o espressivi, poi gli si può offrire una strutturazione e una direzione più specifica. Spesso è a questo punto che l'arte terapia può diventare una possibilità, spostando un po' più in profondità i processi di pensiero sottesi al processo creativo e utilizzando l'arte come lo strumento attraverso il quale lavorare sull'analisi delle idee e sulle emozioni più difficili.

È attraverso questo lavoro esplorativo che le persone possono davvero trovare uno sbocco nel campo delle arti. Per molti, offre un rilascio e uno scarico dei pensieri o delle esperienze che erano state trattenute internamente per molti anni, incapaci di essere espresse attraverso altre forme.

Un grande esempio di questo processo è l'artista Timothy Hyunsoo Lee, e come ha usato la sua arte per esprimere finalmente il trauma vissuto da bambino, essendo cresciuto con un duplice retaggio, e l'ansia e la depressione che lo hanno colpito più tardi nella vita. Lee è nato a Seoul, Corea del Sud, dove ha vissuto fino all'età di cinque anni, quando la sua famiglia ha deciso di trasferirsi nella città di New York. Mentre alcuni membri della sua famiglia si sono adattati bene nel loro nuovo ambiente, lo shock culturale e la mancanza di stabilità hanno avuto un profondo effetto su di lui facendolo soffrire di incubi notturni e attacchi di panico dalla più tenera età.



Vivere con attacchi di panico e disturbi d'ansia diagnosticati era diventato quasi insopportabile fino a quando decise di prendersi una pausa dalla pressione accademica che subiva durante lo studio delle neuroscienze, e trascorrere più tempo a lavorare sulla sua arte. Mentre questa decisione era difficile da accettare per la sua famiglia, il progresso fatto nella comprensione ed elaborazione delle sue emozioni passate e successive fu stupefacente. Lee ha usato la sua arte come una forma di terapia della parola, parlando di se stesso. Mentre creava opere d'arte è stato in grado non solo di esprimere come si sentiva, ma anche di valutare e lavorare sul trauma vissuto in precedenza da un punto di vista meno intenso, dentro di sé, pur rimanendo calmo e concentrato su ciò che stava creando. Oggi, Lee è un artista attivo ed ha il suo studio, una serie di sue opere come "Edizione Mania" e "Ritratti di ansia I" sono state esposte in gallerie a Madrid, ha anche vinto numerosi premi tra cui il premio internazionale di artista emergente a Dubai.

## Entrare nel mondo dell'Arte: Incoraggiamento, Coinvolgimento, Integrazione



Una volta che qualcuno ha iniziato a mostrare un vivo interesse, una chiara attitudine e pieno divertimento nel suo processo creativo, egli può essere supportato nel praticare ulteriormente la sua arte, considerandola con uno scopo definito. Tenendo mostre d'arte locali, in primo luogo in un ambiente più protetto, sia all'interno di una unità sanitaria di salute mentale che in un centro d'arte, e poi espandendosi nella comunità artistica locale. Si possono contattare gallerie d'arte locali chiedendogli di sostenere artisti locali (con problemi di salute mentale) per promuovere la loro arte. Mostre aperte al pubblico, dove si potrebbero invitare con altri artisti locali gli stakeholders della comunità artistica locale. Introduzione e integrazione nel generale mondo dell'arte dovrebbero essere l'obiettivo così come la parità di accesso e di condizioni all'interno della comunità artistica per gli artisti con problemi di salute mentale. Questa è anche l'occasione per presentare artisti con problemi di salute mentale in una luce positiva e per abbattere pregiudizi correnti.

Come per ogni nuova impresa, parlare con altre persone che hanno successo nello stesso settore può offrire grandi intuizioni e fornire valide esperienze di apprendimento. Fare amicizia all'interno della comunità artistica è un meraviglioso supporto per tutti gli artisti in erba. Parlare con persone che condividono la stessa passione non è solo stimolante e motivante, ma in grado di offrire opportunità di critiche costruttive da chi se ne intende, di condividere tecniche ed esperienze, ed ispirarsi dalla visione di idee e creazioni di altri. Anche le comunità d'arte online possono offrire grande sostegno e connessione con l'ambiente dell'arte, a livello locale così come a livello globale. La condivisione dei diversi punti di vista culturali e approcci storici all'arte può ancora una volta essere utile a migliorare ed espandere un nuovo orizzonte degli artisti. Una volta che un artista ha trovato appoggio sicuro all'interno della propria comunità artistica locale, la mobilità degli artisti dovrebbe essere incoraggiata. L'Europa offre alcune delle migliori gallerie d'arte e le più belle opere d'arte, visitare e conoscere questi luoghi dovrebbe essere una parte fondamentale di qualsiasi viaggio di un artista.

Ci sono molti esempi di artisti operanti con problemi di salute mentale che hanno raggiunto il successo nel mondo dell'arte negli ultimi anni. Convenzioni, colloqui e corrispondenza con questi artisti potrebbero essere di grande incoraggiamento e sostegno per artisti promettenti. Stage con artisti professionisti sono un'ottima strada per coloro che sono interessati ad acquisire conoscenze specifiche ed esperienze di apprendimento. Lavorando a stretto contatto con un artista professionista in un particolare ruolo, come assistente di studio o modello, può essere uno dei modi migliori per conoscere l'ambiente. Questo fornisce anche un collegamento diretto all'interno della comunità degli artisti. Un part-time o un lavoro a tempo pieno in una galleria o in un museo è un altro ottimo modo per integrarsi e iniziare a vivere all'interno del mondo dell'arte. Essere circondati da grandi opere d'arte non è solo fonte di ispirazione, ma fornisce una esperienza di apprendimento costante e l'accesso a ulteriori conoscenze.

Un esempio di questo è la "Guida per un giorno" progetto gestito dalla Fondazione INTRAS, a Valladolid, in Spagna. Ad un gruppo di appassionati d'arte, che frequentano uno dei centri diurni della fondazione, è stata offerta la possibilità di dare uno sguardo su com'è lavorare all'interno di uno dei più grandi musei della città, El Museo Nacional de Escultura (Il Museo Nazionale di Scultura).

## Project

# Quand l'art sert d'union

Quand l'art sert d'union est un projet éducatif réalisé par le musée national de Sculpture de Valladolid avec le soutien de la FONDATION INTRAS, dans lequel 4 personnes souffrant de détresse mentale sont formées pour travailler en tant que guides de musée pour une journée.



Hanno cominciato il progetto frequentando corsi di formazione presso il museo, accolti da guide e facilitatori, e scoprendo le diverse opere d'arte in mostra lì. Hanno anche imparato a conoscere la disposizione del museo, i percorsi migliori da fare per mostrare le opere, il restauro e la presentazione delle opere, le norme ed i regolamenti all'interno del museo e tutte le informazioni di solito inibite al pubblico. Una volta familiarizzato con queste informazioni, hanno cominciato la formazione su come guidare un gruppo all'interno del museo. La formazione è infine culminata in un servizio per gli utenti, guidandoli all'interno del museo e presentandogli le opere d'arte.

PROMOZIONE DELLA PRATICA ARTISTICA NEL SETTORE DEL BENESSERE MENTALE



## Bibliografia

- Definizione di Arte – Definizioni di Google
- *Arts and Health Research and Evidence – A prospectus for arts and health*
- *Beyond Diagnosis – the transformative potential of the arts in mental health recovery*, Principal Investigator, Lydia Sapouna, research Assistant, Elisabeth (Rudie) Pamer, School of Applied Social Studies, University College Cork
- *Future Directions in Design for Mental Health facilities*, July 2014, Michaela Sheahan, Researcher, HASSEL, Melbourne, Australia
- *Guidance for commissioners of rehabilitation services for people with complex mental health needs*, Joint Commissioning Panel for Mental Health [www.jcpmh.info](http://www.jcpmh.info) collectively written by Helen Killaspy, Richard Meier, Shawn Mitchell, Charlotte Harrison, Sridevi Kalidindi, Tom Edwards, Chris Fitch, David Jago (Royal College of Psychiatrists), Mel Bunyan (British Psychological Society), Julie Kerry (Associate Director, Mental Health & Learning Disability, NHS South of England), and Vicki Nash (Mind).
- *Mental Health 2020: Making it personal and everybody's business*, Reforming Western Australia's Mental Health System, Government of Western Australia, Mental Health Commission, Mental Health Commission, Level 5, 81 St Georges Terrace, Perth WA 6000, [www.mentalhealth.wa.gov.au](http://www.mentalhealth.wa.gov.au)
- *Mental Illness and Creativity: A Neurological View of the "Tortured Artist"* , Adrienne Sussman, Stanford Journal of Neuroscience, Volume 1 Issue1 – Fall 2007
- *Cultural Value: Arts and Mental Health: Creative Collisions and Critical Conversations*, Dr. Alison Rooke, Arts and Humanities Research Council, Centre for Urban and Community Research, Sociology Department, Goldsmiths, University of London. Project Partner, Frances Williams, Head of Education, South London Gallery.
- *Artists and Mental illness interview series: Timothy Hyunsoo Lee*, September 28, 2015 in Interview. <http://www.nomadicpress.org/interviews/timothyhlee>

## Immagini

- Cave wall, Cave men paintings Gladys Law, Pintrest
- Cross Road Sign Post, [www.shutterstock.com](http://www.shutterstock.com)
- Van Gogh stary Night Edvard Munch´s Scream Mashup, Michael Gmirkin, Pintrest
- Art by Timothy Hyunsoo Lee, [www.nomadic.press.com](http://www.nomadic.press.com)
- Baroque Art, Museum & Art Gallery, [www.birminghammuseums.org](http://www.birminghammuseums.org)
- Guías por un día, INTRAS, INTRAS y el Nacional de Escultura ganan el 2º premios del ICOM en el Festival Musées (em)portables, [www.intras.es](http://www.intras.es)



Networking European  
FESTivals for Mental Life  
Enhancement

[www.nefeleproject.eu](http://www.nefeleproject.eu)



SOCIAL COOPERATIVE ACTIVITIES  
FOR VULNERABLE GROUPS

K.S.D.E.O. "EDRA", Greece  
[www.edra-coop.gr](http://www.edra-coop.gr)



FIRST FORTNIGHT

First Fortnight, Ireland  
<http://firstfortnight.ie>

FUNDACIÓN  
**Intras**

Fundacion Intras, Spain  
[www.intras.es](http://www.intras.es)

 **euro-net**

Euro-Net, Italy  
[www.synergy-net.info](http://www.synergy-net.info)



Aukstelke A.S.O.K., Lithuania  
<http://aukstelkesgn.lt>

Co-finanziato da  
Programma Europa Creativa  
dell'Unione europea

