

Arte, cultura e salute mentale: esperienze dal territorio per un nuovo welfare

Francesca Ciammarughi, Giorgio Ghizzoni

1. L'Ontologia della Cura

Negli ultimi anni si è fatta sempre più evidente la necessità di ripensare il concetto di welfare alla luce dei profondi mutamenti sociali che attraversano le nostre comunità. In questo contesto, il rapporto tra cultura, pratiche artistiche salute mentale e benessere non emerge come un mero accessorio estetico, ma come una prospettiva scientificamente rilevante per arricchire gli strumenti di intervento tradizionali.

La necessità di ripensare il concetto di welfare alla luce dei mutamenti sociali contemporanei impone, in prima istanza, una rigorosa ricognizione semantica del termine "cultura". Come opportunamente evidenziato da D'Avenia (2016), la radice latina risiede nel verbo *colere* (da cui *cultum*), lo stesso termine impiegato per definire la cura dei campi e l'agricoltura. In questa prospettiva, la cultura non si configura come l'accumulo passivo di oggetti o cognizioni intellettuali, ma come l'atto di "stare nel campo": un abitare lo spazio con dedizione, conoscendo la consistenza dei semi e rispettando la lentezza dei tempi biologici e spiritua-

li affinché l'animo umano possa fiorire. Questa dimensione trasformativa trova il suo motore fenomenologico nell'esperienza del "rapimento" (*rapere*). Nell'accezione latina più pura, il rapimento non è un atto di sottrazione violenta, ma descrive la forza cinetica di una corrente fluviale che assume in sé ogni elemento, travolgendolo verso una foce comune. Il valore euristico di questa metafora risiede nel superamento della stasi esistenziale: l'individuo che non esperisce il potere "rapente" della bellezza rischia di scivolare in due condizioni patologiche dello spirito: il "sonno", ovvero l'atrofia dell'interesse verso il mondo (*apatia*), o il "sogno", inteso come fuga solipsistica in un'alienazione che nega la realtà.

La bellezza, nel momento in cui ci "rapisce", ci strappa dalla nostra autoriferenzialità, e veniamo proiettati verso l'esterno, dove incontriamo inevitabilmente l'altro nella sua nudità e fragilità. In questo senso, come teorizzato da D'Avenia (2016), l'essere rapiti è l'atto fondativo di un'etica della custodia: se la bellezza ci ha "conquistati", noi diventiamo moralmente responsabili della sua preserva-

zione. La cultura, dunque, cessa di essere consumo di oggetti per farsi "prendersi cura di" (*colere*), trasformando l'ammirazione estetica in impegno nei confronti dell'altro. L'individuo che vive nell'indifferenza è in uno stato di "sonno" intellettuale: vede l'altro come un numero o un oggetto. Il rapimento estetico (l'impatto con l'arte, con un testo, con la bellezza) agisce come una forza esterna, come la corrente di un fiume che scuote il soggetto. In quel momento, l'individuo smette di guardare sé stesso e viene "rapito" verso l'esterno. Questo è il primo passo: l'arte ci costringe a riconoscere che esiste qualcosa di prezioso fuori da noi. Qui risiede il nucleo del pensiero di D'Avenia (2016): la bellezza autentica non è mai arrogante o indistruttibile, ma è intrinsecamente fragile. Quando siamo rapiti da un'opera d'arte ne percepiamo la preziosità e, simultaneamente, la vulnerabilità. Sentiamo che quella bellezza potrebbe andare perduta se non venisse custodita. Il "rapimento" crea un legame emotivo talmente forte che il soggetto non può più restare indifferente. Come accade nell'innamoramento, l'es-

sere “rapiti” da una persona ci fa sentire immediatamente responsabili del suo benessere. Non ci prendiamo cura di lei per dovere burocratico, ma perché la sua esistenza è diventata parte della nostra.

In ambito sociale e sanitario, questo significa che il professionista e/o il cittadino, “rapiti” dal valore umano che la cultura ha svelato, non vedono più una “patologia” (modello medico), ma una persona con la sua fragilità di cui devono diventare custodi. Il prendersi cura diventa quindi la naturale evoluzione del rapimento: ho visto la bellezza nell’altro (ne sono stato rapito) e ora scelgo di coltivare quel “campo” affinché non appassisca (colere = Cultura).

2. Dal Modello Medico al Paradigma Bio-Psico-Sociale

Questa transizione etica trova il suo alveo scientifico nel superamento del modello puramente biomedico, focalizzato sul malfunzionamento individuale. Il Welfare Culturale abbraccia il modello bio-psico-sociale codificato dall’International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF), dove la salute è intesa come uno stato di completo benessere fisico, mentale e sociale, risultante dall’interazione dinamica tra l’individuo e il suo contesto ambientale.

In questa cornice, l’arte agisce come un “intervento multimodale” capace di attivare simultaneamente processi psicologici, biologici e sociali. Tale visione è supportata dal rapporto HEN 67 (2019) dell’Organizzazione Mondiale della Sanità, la più ampia revisione sistematica mai realizzata sul tema (oltre 3.000 studi analizzati), che documenta il ruolo delle arti nella prevenzione e nel miglioramento della qualità della vita lungo tutto l’arco dell’esistenza.

Le evidenze mostrano come le pratiche

artistiche agiscano come interventi multimodali, capaci di attivare processi psicologici, biologici e sociali, con effetti significativi sulla salute mentale, sulla gestione delle malattie e sul miglioramento della qualità della vita. Il rapporto sottolinea inoltre la necessità di integrare in modo strutturato le arti nei sistemi sanitari e sociali, promuovendo una collaborazione sempre più stretta tra ambito culturale e ambito della salute.

3. Evidenze Cliniche: Il Protocollo Pre-Texts e la Validazione Empirica dell’impatto sulla salute mentale

L’efficacia di quanto riportato non resta confinata in una mera speculazione teorica, ma trova una validazione rigorosa nel protocollo Pre-Texts, una metodologia pedagogica e terapeutica basata sulle arti che opera una vera e propria “chirurgia del testo”. Il metodo non si limita a far leggere un brano (letterario, scientifico o tecnico), ma impone al partecipante di “manipolarlo”, trasformandolo in materia prima per una creazione estetica (pittura, teatro, danza).

L’importanza di questo approccio è dimostrata da rigorosi studi longitudinali. Nello specifico, la ricerca condotta da Oliveira, Balcells e Sommer (2021) su una coorte di circa 235 studenti delle scuole superiori ha evidenziato come l’esposizione al protocollo abbia un impatto diretto sulla salute mentale. Utilizzando scale di valutazione clinica validate a livello internazionale, il PHQ-9 (Patient Health Questionnaire) per la sintomatologia depressiva e il GAD-7 (General Anxiety Disorder) per l’ansia generalizzata, lo studio ha rilevato che gli adolescenti coinvolti presentavano riduzioni statisticamente significative di entrambi i sintomi già a un mese dalla conclusione dell’intervento.

Questi dati suggeriscono che l’apprendimento attivo mediato dall’arte non è solo un esercizio cognitivo, ma un intervento “neurobiologicamente attivo” capace di riconfigurare la risposta emotiva del soggetto di fronte alla complessità del reale. Il welfare culturale, dunque, si configura come una strategia di prevenzione primaria della salute mentale ad alto impatto e basso costo.

4. Il welfare culturale oggi

Un passo importante in questa direzione è stato compiuto anche in Italia. Il 5 febbraio 2026, in sede di Conferenza Stato-Regioni, è stato presentato ed approvato lo schema di Protocollo d’intesa tra il Ministero della Cultura e il Ministero della Salute. È così che il nostro Paese ha iniziato a recepire in modo più sistematico quanto promosso già nel 2017 dall’OMS, riconoscendo il ruolo delle arti e della cultura non solo come espressioni culturali, ma come risorse attive nei processi di prevenzione e cura della salute.

L’evento “Il welfare che genera valore” promosso da AVS e svoltosi a Perugia il 12/03/2026 nasce proprio con l’obiettivo di approfondire questo tema, mettendo al centro esperienze concrete attivate nel nostro territorio comunale, e offre uno spaccato significativo di come tali evidenze possano tradursi in pratiche concrete.

Un primo intervento (box 1) ha mostrato l’utilizzo della ceramica come dispositivo arteterapeutico. In tale alveo, l’attenzione si sposta dal prodotto estetico finito al processo creativo inteso come spazio trasformativo. La manipolazione della materia argillosa permette una regressione creativa funzionale, in cui il soggetto può esplorare contenuti affettivi profondi e sviluppare una rinnovata con-

sapevolezza propriocettiva. La dimensione grupale del laboratorio funge da contenitore psichico, favorendo la transizione dall'isolamento individuale a una costruzione identitaria basata sul senso di appartenenza e sulla reciprocità relazionale.

Il secondo intervento (box 2) ha mostrato che le metodologie autobiografiche applicate in contesti socio-educativi e di cura evidenziano il potere della parola scritta come strumento di auto-riflessività. Attraverso l'ausilio di strumenti minimali, la scrittura diviene un dispositivo di orientamento nel vissuto, capace di tradurre il caos dell'esperienza in una narrazione coerente. In un setting accogliente e non giudicante, il recupero della propria storia personale favorisce l'empowerment e il rafforzamento dell'autostima, innescando processi di riconoscimento reciproco all'interno della comunità di narrazione.

Il teatro sociale e interculturale presentato nel terzo intervento (box 3) si definisce come un ulteriore campo di sperimentazione politica e clinica. Le prassi rivolte a popolazioni migranti e richiedenti asilo dimostrano come la scena possa configurarsi quale "spazio protetto" per l'elaborazione dei traumi legati all'esilio. Il corpo e la voce diventano strumenti per una narrazione dell'esperienza migratoria che sottrae il soggetto alla marginalità, trasformando il vissuto traumatico in una rappresentazione condivisa capace di generare inclusione e riconoscimento sociale.

Di particolare rilievo è la riflessione effettuata nel quarto intervento (box 4) sull'arte come mediatore terapeutico nel trattamento del trauma oncologico. L'utilizzo di materiali tessili e l'atto del cucito assumono una densità simbolica di alto profilo: il gesto manuale del "ricucire"

diviene la metafora corporea di una possibile riparazione dell'identità laddove la patologia ha prodotto una frattura somatica e psichica. Il ritmo condiviso della tessitura permette di convertire il dolore afasico in una narrazione visiva, facilitando la ricostruzione del senso di sé e della propria immagine corporea.

Infine, nel quinto intervento (box 5) è stato presentato il ruolo delle istituzioni museali che viene riconsiderato non più come mero luogo di conservazione, ma come polo attivo di welfare territoriale. Le esperienze dedicate a persone con demenza e ai loro caregiver evidenziano come il contesto museale possa mutare in un ambiente relazionale stimolante. Attraverso la mediazione del patrimonio artistico, si attivano canali comunicativi non verbali che favoriscono il benessere emotivo e la partecipazione sociale. Il museo si afferma dunque come un presidio di salute pubblica, un ecosistema aperto capace di accogliere la pluralità dei bisogni e di promuovere una cittadinanza culturale inclusiva.

La traduzione dei paradigmi teorici in azioni concrete si articola attraverso una pluralità di linguaggi espressivi, ognuno dei quali agisce su specifiche dimensioni del benessere umano. Le esperienze presentate nel corso del convegno di Perugia offrono una tassonomia rigorosa di come l'arte possa configurarsi quale mediatore di cura. Nonostante la varietà degli ambiti e dei linguaggi, dagli interventi emergono alcuni elementi trasversali. In primo luogo, la centralità del processo rispetto al prodotto: ciò che conta non è tanto il risultato estetico quanto il percorso che si attiva nel fare. Sul piano psicologico, la partecipazione ad attività artistiche ha favorito l'espressione emotiva, la costruzione di significato e il rafforzamento dell'identità personale,

contribuendo al benessere e al ripristino di un maggior equilibrio psico-fisico. Le pratiche artistiche hanno facilitato la creazione di relazioni, rafforzato il senso di appartenenza e contribuito a contrastare isolamento e marginalità. Le esperienze presentate (apprezzabili in dettaglio nei box dedicati) dimostrano come il rapporto tra cultura e benessere non sia soltanto un ambito di riflessione teorica, ma una realtà già concreta e attiva nel nostro territorio. In questa prospettiva, rafforzare il dialogo tra ambito culturale, sociale e sanitario rappresenta una direzione strategica per sviluppare risposte sempre più efficaci ai bisogni della comunità. Ripensare il welfare significa allora anche riconoscere il ruolo della cultura come componente attiva dei processi di benessere e di salute mentale, capace di contribuire in modo significativo alla qualità della vita delle persone, al benessere psicologico e alla coesione sociale. L'arte, inoltre, può svolgere un ruolo rilevante lungo tutto l'arco della vita, secondo un continuum che va dalla prevenzione e promozione del benessere psicofisico e della salute mentale, fino al supporto nei percorsi di cura e nella gestione delle condizioni di sofferenza e malattia.

Bibliografia

- D'Avenia, A. (2016). *L'arte di essere fragili. Come Leopardi può salvarvi la vita*. Milano: Mondadori.
- Fancourt, D., & Finn, S. (2019). What is the evidence on the role of the arts in improving health and Well-Being.
- Oliveira, C. M. de, Balcells, M., & Sommer, D. (2021). The disruptive innovation and the Pre-Texts methodology. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 45(3), e185.

*Francesca Ciammarughi (psicologa, psicoterapeuta) Usl Umbria 1
Giorgio Ghizzoni (psicologo, PhD)
Università degli Studi di Perugia*

Box 1. Il processo creativo nell'arteterapia con la ceramica (Monica Grelli – ceramista arteterapeuta)

La creatività può rappresentare una risorsa importante per la crescita personale e per la promozione del benessere. Nel lavoro arteterapeutico il fare artistico diventa un'esperienza che coinvolge corpo, emozioni e pensiero, offrendo alle persone uno spazio in cui esplorare sé stesse e sviluppare nuove possibilità di espressione. Nel mio lavoro utilizzo la ceramica e il lavoro con l'argilla all'interno di percorsi di arteterapia che conduco con diversi gruppi: anziani, insegnanti, adulti e adolescenti. In questi contesti l'atelier diventa un luogo di incontro e di relazione in cui il processo creativo può favorire consapevolezza, autonomia e benessere. Uno degli aspetti centrali dell'arteterapia è lo spostamento dell'attenzione dal prodotto al processo creativo. Nelle pratiche artistiche tradizionali l'interesse è spesso rivolto al risultato finale e alla qualità estetica dell'opera. Nell'arteterapia, invece, il valore dell'esperienza risiede in ciò che accade durante il fare: nel dialogo che si crea tra la persona, la materia e il contesto relazionale. Il lavoro con l'argilla, in particolare, offre un terreno molto fertile per questo tipo di esperienza. L'argilla è un materiale primario e diretto, che coinvolge il corpo e i sensi. Nel contatto con la materia si attiva immediatamente la dimensione tattile, uno dei canali più profondi della memoria corporea. Attraverso il gesto delle mani la materia viene modellata, trasformata, talvolta distrutta e ricreata. Questo processo permette alla persona di sperimentare concretamente il cambiamento: la forma non è mai definitiva, ma può essere continuamente modificata, proprio come accade nei processi

della vita. Nel processo creativo le persone sono chiamate a prendere decisioni, a cambiare direzione, a confrontarsi con l'errore e con l'imprevisto. In questo senso l'esperienza artistica diventa anche un allenamento alla flessibilità e al pensiero divergente, competenze fondamentali per affrontare le trasformazioni e le difficoltà che la vita presenta. La creatività non è quindi intesa come un talento riservato a pochi, ma come una capacità originaria dell'essere umano che può essere riattivata e coltivata nel corso dell'esperienza. Un altro elemento fondamentale del lavoro è rappresentato dalla dimensione del gruppo. L'atelier diventa uno spazio relazionale in cui le persone condividono il processo creativo, osservano il lavoro degli altri, si rispecchiano nelle esperienze altrui e costruiscono nuove modalità di relazione. Il gruppo offre sostegno, riconoscimento e possibilità di confronto, favorendo un clima di fiducia che permette a ciascuno di esplorare il proprio percorso creativo senza la pressione del giudizio. Attraverso l'esperienza artistica le persone possono sviluppare maggiore consapevolezza di sé, rafforzare l'autostima e sperimentare modalità nuove di espressione e comunicazione. Il processo creativo diventa così uno spazio potenziale in cui è possibile elaborare vissuti personali, dare forma a emozioni difficili da esprimere verbalmente e immaginare nuove possibilità di cambiamento. Nel mio lavoro con gruppi diversi per età e contesti ho potuto osservare come il contatto con la materia e la libertà di sperimentare senza giudizio permettano alle persone di riscoprire una dimensione creativa spesso trascurata nella vita quotidiana.

Box 2. La cura delle parole. Scrittura autobiografica e promozione del benessere (Marina Biasi psicologa-formatrice esperta in metodologie narrative autobiografiche)

La metodologia autobiografica mette al centro: Il valore della memoria individuale e collettiva. La narrazione come strumento di conoscenza di sé, degli altri, del mondo. Lo sviluppo dell'interiorità e dell'auto-formazione intesi come processi auto-conoscitivi e auto-progettuali. Essa si basa sul riconoscimento della soggettività, cioè sulla premessa che i soggetti sono in grado di apprendere da sé, dalla propria esperienza e storia. In questo senso, il metodo autobiografico è finalizzato a cogliere l'unicità dell'essere umano, e attiva processi fecondi di natura motivazionale, trasformativa e cognitiva, grazie a: Memoria. La memoria rappresenta la parte sommersa dell'iceberg del sé, o se ancora si preferisce, della nostra identità che si è sedimentata negli anni e che rappresenta il baricentro che ci permette un equilibrio stabile [...] la nostra vita viene raccolta dalla memoria, ne è ospitata [...] Far lavorare la memoria è educare la mente. Questo ci dà la sensazione di essere i costruttori e i primi interpreti della nostra vita (Demetrio, 2003, pp. 29, 78). Narrazione. Affinché la memoria non resti episodica, occorre la narrazione. Il pensiero narrativo permette di dare senso a ciò che ci è accaduto, costruire nessi fra gli eventi in una prospettiva più ampia. Le narrazioni rappresentano così formidabili strumenti per la costruzione e creazione identitaria. Scrittura. Salvare le parole dalla loro esistenza momentanea, transitoria, e condurle nella nostra riconciliazione verso ciò che è durevole, è il compito di chi scrive. [...] Il particolare si rivela allo scrittore men-

tre lo scrive, non quando lo pronuncia (Zambrano, 1996, p. 26).

Questa riflessione si riferisce in particolare al laboratorio di scrittura autobiografica. Esso è il luogo in cui, grazie a modalità di scrittura creative e coinvolgenti, è possibile scoprire che ciascuno ha una storia da raccontare; nel laboratorio si ha la possibilità di trasformare esperienze e vissuti in racconto: la penna aiuta a fare chiarezza, a distanziarsi dagli eventi, a scomporli in frammenti, a ricostruirli in forme nuove. Si scrive per ri-conoscersi, che non significa tornare indietro, ma conoscersi di nuovo; la scrittura è così invito al mettersi in divenire e a pro-gettarsi, pur partendo da una sosta. Per frequentare un laboratorio di scrittura autobiografica non è necessario essere esperte / esperti di scrittura, ma avere curiosità verso di sé e alcuni momenti della propria storia. All'interno del laboratorio si sperimenta di essere, nello stesso tempo, autore / autrice, ma anche personaggio. Il laboratorio, inoltre, grazie al patto formativo che viene condiviso in via preliminare tra conduttrice e partecipanti, è luogo di ascolto, risonanza, rispecchiamento e non giudizio. Durante gli incontri, la scrittura viene facilitata dalla lettura di brani di narrativa, poesia, dalla visione di riproduzioni artistiche, fotografie, brani musicali e altro materiale narrativo. Per far comprendere l'efficacia, la bellezza, la profondità di un laboratorio di scrittura, ecco alcune poesie scritte durante il laboratorio con adolescenti a Perugia nella scuola in ospedale:

Io sono come ...

*Onda libera di viaggiare
nel mio cammino,
nuoto nell'immenso
mare profondo.*

*Mi piace non aver fondo
e mi piacciono le emozioni
che non vedono mai il fondo
Mi piace la guarigione
Mi piace scrivere ciò che si pensa
Mi piace la felicità immortale
Mi piacciono le parole grandi
e le risate che allungano la vita.*

*Dopo la paurificazione, c'è la speranza
e io mi sento
fortunata, libera e speciale.
La mia emozione, è una rinascita.*

Box 3. Teatro, relazioni e pratiche di cura (Danilo Cremonese – regista e direttore di Human Beings e Teatro Rifugio)

Non sono abituato a pensare il mio lavoro in termini teorici. Mi riconosco piuttosto in una dimensione artigianale: uno spazio di ricerca concreta che prende forma, da oltre trent'anni, nel laboratorio teatrale interculturale Human Beings. Un'esperienza gratuita e aperta a tutte e tutti, che ha fatto della non selezione economica una scelta etica e politica, producendo nel tempo una forma di partecipazione fondata sul desiderio e sull'impegno. Il teatro, in questo contesto, non è innanzitutto produzione, ma relazione. Lo spettacolo, pur presente, è esito e non fine: nasce dall'improvvisazione, dall'auto-narrazione, dal montaggio delle esperienze portate dai partecipanti. In questo senso, il laboratorio si configura come un dispositivo relazionale, in cui, per riprendere una formulazione cara all'antropologia, la dimensione simbolica e quella sociale si co-costruiscono. Fin dall'inizio, Human Beings si è posto come spazio di incontro tra differenze: migranti, studenti stranieri, cittadini italiani, persone con percorsi di vita molto diversi. L'i-

potesi, tanto semplice quanto radicale, è che sia possibile ricercare, attraverso la pratica teatrale, ciò che accomuna gli esseri umani al di là, o forse al di qua, delle appartenenze. In questa prospettiva, la diversità non è un ostacolo da gestire, ma una risorsa conoscitiva ed espressiva. Questa tensione richiama da vicino il pensiero di Édouard Glissant, per il quale ogni identità si costituisce nella relazione: "Ogni identità esiste nella relazione; è solo nel rapporto con l'altro che cresco, cambiando senza snaturarmi." Il laboratorio diventa così uno spazio in cui questa relazione non è un principio astratto, ma una pratica quotidiana: un luogo in cui l'incontro produce trasformazione, senza annullare le differenze. Nel tempo, da questa esperienza è nato Teatro Rifugio, un progetto rivolto a persone richiedenti asilo e rifugiati. Qui la dimensione relazionale del teatro si intreccia in modo ancora più evidente con una dimensione di cura. Attraverso la mediazione della finzione scenica, diventa possibile raccontare esperienze di guerra, fuga, perdita, attivando processi di rielaborazione che non sono solo individuali, ma condivisi. In questo senso, il teatro si avvicina a ciò che in antropologia medica viene definito come pratica di cura non biomedica: uno spazio in cui il soggetto può ricostruire senso e continuità nella propria esperienza. Come emerge anche dalla ricerca condotta da Elizabeth Cizmar (Università Vanderbilt, USA) su Teatro Rifugio, la performance può funzionare come dispositivo di "guarigione", capace di restituire agency e voce a chi vive condizioni di marginalità. La struttura stessa di Teatro Rifugio, una prima fase protetta, seguita da un'apertura al gruppo più ampio di Human Beings, evidenzia come i processi di

inclusione richiedano tempi e condizioni specifiche. Prima del riconoscimento sociale, vi è spesso la necessità di una ricostruzione identitaria. E tuttavia, questa ricostruzione non può avvenire in isolamento: è nella relazione che si compie. Da questo punto di vista, le pratiche teatrali attivate in questi contesti permettono di interrogare criticamente il concetto di welfare. Il valore che esse producono è difficilmente misurabile secondo gli indicatori tradizionali: non si traduce immediatamente in dati o prestazioni, ma si manifesta nella qualità delle relazioni, nella costruzione di fiducia, nella possibilità di espressione e riconoscimento. Si tratta di un valore fragile, spesso invisibile, ma fondamentale. Nel laboratorio teatrale accade qualcosa di apparentemente semplice: persone che nella vita quotidiana difficilmente si incontrerebbero condividono uno spazio, un tempo, un'esperienza. Da estranei diventano gruppo; talvolta, comunità. Se, nel solco del pensiero di Tullio Seppilli, che ha messo in evidenza il nesso tra salute, condizioni di vita e relazioni sociali, il welfare può essere interpretato come un campo di pratiche orientate alla trasformazione della vita collettiva, allora esperienze come queste ne fanno pienamente parte. Esse producono un valore difficilmente quantificabile, ma essenziale: la costruzione di legami, fiducia e possibilità di riconoscimento reciproco. In un tempo segnato da frammentazione e distanza, il teatro, nella sua dimensione più essenziale, continua a offrire qualcosa di radicale: uno spazio in cui gli esseri umani possano incontrarsi davvero.

Box 4. Cucire la Vita: L'Arte come Processo di Riparazione (Amparo Valencia Reyes - psicologa psicoterapeuta)

Nel mio lavoro come psicologa e psicoterapeuta da più di 10 anni uso l'espressione creativa: pittura, disegno, fotografia, scrittura, cucito, in progetti di gruppo, in quanto questi strumenti permettono l'esternalizzazione dell'immagine mentale nello spazio facilitando una comprensione più profonda del soggetto. Per questo, vorrei parlare di un gesto antico quanto l'umanità: l'atto di cucire. Da gennaio a settembre del 2015 nel mio lavoro nell'oncologia nell'ospedale Santa Maria della Misericordia di Perugia, ho guidato un gruppo di sette donne, tra i 20 e 58 anni, in un viaggio apparentemente semplice: costruire una bambola a mano. Alcune di loro stavano affrontando la tempesta del cancro, altre no. Storicamente, le donne trovavano nel gruppo di cucito un mezzo di sostegno e svago. Cucire insieme permetteva di comunicare ed esprimere pensieri e vissuti attraverso la narrazione di sé. Questa tradizione femminile si è persa quasi completamente nelle ultime decadi del ventesimo secolo dando passo ad altri modi d'incontro sociale che a differenza del gruppo di cucito forse perdono una caratteristica sostanziale: nel cucire la donna fa un'azione individuale ed è in contatto intimo con sé stessa, ma nello stesso tempo è in contatto con il gruppo. Per un'ora e mezza alla settimana, queste donne si sono unite condividendo pensieri, emozioni, sentimenti. Scambiandosi, prestandosi, fili, aghi, bottoni, con lo stesso ritmo dei pensieri o delle emozioni e spesso a loro posto. Cucire insieme ha permesso a queste donne di stare in un contatto intimo con sé stesse e, simultaneamen-

te, con le altre. In quel cerchio di cura, le donne hanno trasformato la propria vulnerabilità in narrazione visiva, realizzando bambole che non erano semplici oggetti, ma simulacri di una nuova vitalità. In questo progetto l'arte è stata messa al servizio della cura, questo tipo di proposta è utile soprattutto quando l'accesso diretto al dolore psichico è difficile o il disagio non è ancora "mentalizzato". Oggi la scienza ci spiega perché questo approccio funziona e perché è un pilastro fondamentale per il benessere umano. Come confermato dalle ricerche della Fancourt, l'espressione artistica è un vero e proprio "intervento multimodale". Nel gruppo di cucito, l'atto di creare una bambola ha attivato simultaneamente risposte immunitarie, cognitive e sociali. Non hanno solo cucito stoffe; è stato stimolato quello che la scienza chiama 'neuroestetica', riducendo i livelli di stress e infiammazione e restituendo a ogni donna, sana o malata che fosse, il potere di agire e di trasformare la propria realtà. Cucire una bambola significa, simbolicamente, riparare e ricomporre un'identità frammentata. Questa pratica trova un'eco straordinaria nell'opera dell'artista Tracey Emin, che ha trasformato i tessili e i quilts in atti di sopravvivenza, usando il filo per "fissare" la verità del corpo. Come nelle sue opere, anche nel nostro gruppo la riparazione non ha significato nascondere la cicatrice della malattia, ma integrarla in una nuova trama. Le bambole realizzate non erano semplici oggetti, ma simulacri di una nuova forza vitale; vulnerabilità trasformate in narrazione visiva. L'evidenza scientifica e l'esperienza sul campo convergono: l'arte è una necessità clinica. Investire in percorsi espressivi significa riconoscere che la salute non è solo assenza

di patologia, ma la capacità di ricucire il senso della vita laddove il trauma ha creato uno strappo. Se la medicina cura il corpo, l'arte ha il potere di riparare la trama dell'esistenza.

Box 5. Musei, spazi sociali (Chiara Basta – Storica dell'Arte)

Varcare la soglia d'ingresso di un museo è, per molti, un gesto insolito. Non parlo dei musei famosi, che ospitano opere instagrammabili; parlo di quella rete di Musei che punteggia il nostro Paese. Restrungendo la portata dell'obiettivo, penso ai musei delle città e dei borghi in cui viviamo o che si trovano vicino a noi. Ancora oggi, purtroppo, vengono percepiti come "altro", come luoghi chiusi ai molti e aperti solo per chi sa, avvalorando e supportando in modo non cosciente un atteggiamento fortemente discriminatorio che ha profonde radici storiche, legate alla nascita stessa dei musei: raccolte di manufatti artistici da parte di collezionisti aristocratici, aperte in seguito con finalità educativa alle persone. La persistenza dell'atteggiamento passivo, direi "reverenziale" da parte dei potenziali visitatori nei confronti del museo è purtroppo il risultato di molti fattori coincidenti; la sua radice si può rintracciare in molti errori fatti proprio dai musei, il più impattante dei quali risiede nella scarsa (o assente) accoglienza organizzata per i visitatori: pannelli di sala, da leggere rigorosamente in piedi, lunghi, con testi spesso autoreferenziali e magari con caratteri di difficile leggibilità, lo stesso vale per le didascalie, talvolta collocate in posizioni davvero scomode. Credo, anzi temo, che molti di noi abbiano avuto queste difficoltà, pur essendo magari sinceramente interessati a godersi la visita. La buona notizia è che i musei

stanno cambiando, in alcuni contesti con maggiore decisione, in altri più timidamente, in altri ancora accentuando il portato discriminatorio che abbiamo solo tratteggiato poco righe più in alto: mi riferisco, solo a livello esemplificativo, ai tagli di bilancio, alle modifiche obbligatorie dell' esporre alcuni oggetti e non altri, all'allontanamento di direttori e funzionari in alcuni musei degli Stati Uniti di oggi, ritenuti colpevoli di essere troppo distanti dall'ideologia dominante dell'élite politica. Questa considerazione assume e mostra, seppur per sottrazione, che i musei, come le altre istituzioni culturali, non sono neutrali; al contrario, possono costituire una leva potente di cambiamento nel contesto nel quale si trovano e operano. L'assemblea generale di ICOM (International Council of Museums. Organizzazione che riunisce un'ampia maggioranza di musei in tutto il continente)) svoltasi a Praga il 24 agosto 2022 ha licenziato, dopo un lungo periodo di discussione, la definizione di "museo", dalla quale occorre ripartire. "Il museo è un'istituzione permanente senza scopo di lucro e al servizio della società, che effettua ricerche, colleziona, conserva, interpreta ed espone il patrimonio materiale e immateriale. Aperti al pubblico, accessibili e inclusivi, i musei promuovono la diversità e la sostenibilità. Operano e comunicano eticamente e professionalmente e con la partecipazione delle comunità, offrendo esperienze diversificate per l'educazione, il piacere, la riflessione e la condivisione di conoscenze". Dunque si tratta di organizzazioni che fanno di accessibilità e inclusività un tratto principale; ancora di più, però, mi preme sottolineare la centralità del rapporto con le comunità, senza il quale il museo è privo di connessioni vitali

e, forse, di senso; non un edificio fortificato, ma una costruzione permeabile a bisogni esterni e che, quei bisogni, accoglie e sa restituire, attraverso uno scambio paritario. La definizione indica anche un aspetto che non ci aspetteremmo, quello del "piacere" che la visita a un museo può trasmettere, disvelando una connessione quanto mai rilevante, quella tra cultura e benessere, che, a sua volta, costituisce un fattore di benessere. Ho avuto la fortuna di accogliere nel museo di cui ho avuto la responsabilità un gruppo di persone con la malattia di Alzheimer, in fase iniziale, e i loro caregivers. La visita era stata preceduta da un breve e coinvolgente corso di formazione e con la partecipazione della psicologa responsabile del progetto. L'obiettivo era quello di praticare l'accoglienza e l'ascolto reciproco, tra operatori museali e ospiti, nonché quello di raccogliere spunti e osservazioni utili a fornire piacere e sollievo. L'intero gruppo di visitatori è stato parte attiva durante la permanenza in museo e ha restituito agli operatori un feedback positivo, principalmente per aver passato del tempo diverso dalla routine quotidiana, di aver condiviso un luogo nuovo e per aver sperimentato nuove possibilità di contatto umano in un modo attivo. Possiamo sperimentare una diversa dimensione di "cultura", che può essere anche prendersi cura degli "altri", riuscendo a non voltarci dall'altra parte.