



Art-Lab

arte per la formazione

*Un approccio creativo alla crescita
delle persone e dei team*



PERCHÉ FUNZIONA?



Usa un linguaggio universale

- Lavorare con immagini, storie, colori e materiali non convenzionali permette a tutti di esprimersi in modo paritario e al di **fuori dei binari del razionale**.
- Questo modo di fare arte è **alla portata di tutti** e assolutamente indipendente da talento e attitudini.
- **Viene messo al centro il processo** di produzione artistica non la valutazione estetica dell'opera.



Crea uno spazio stimolante e riservato

- In una quotidianità fatta di scadenze, obiettivi e performance, l'arte **riporta al centro la relazione** e le persone.
- Fare arte insieme è un potente mezzo che **mette tutti sullo stesso piano e fa uscire dalla zona di comfort**.
- Usare l'arte in formazione non è quindi "una cosa per creativi"; usare l'arte in formazione è progettare un contesto, protetto e giocoso, in cui **sperimentarsi e lasciarsi sorprendere**.



È più di una metafora, è un modo nuovo di lavorare insieme

- Le attività creative proposte vertono su temi funzionali all'obiettivo del corso. I momenti di **debriefing** aiutano i partecipanti a **trasformare le esperienze** vissute in **apprendimenti spendibili nell'ambito professionale**.
- Attingendo ad una ricca cassetta degli attrezzi, che spazia fra **scrittura creativa, disegno, pittura, fotografia e collage**, chi partecipa tocca con mano la complessità di lavorare insieme.
- Affiancando agli strumenti artistici la facilitazione tipica del **group coaching**, una volta rientrate in azienda le persone avranno acquisito e sperimentato nuovi modi di collaborare.

QUANDO È UTILE?

AFFRONTARE IL CAMBIAMENTO



Si fanno i conti con la paura del foglio bianco, il limite, la mancanza di regole, la presenza di regole.

Si sperimenta la capacità di **creare qualcosa di nuovo dal nulla** e di dare forma al caos.

Si tocca con mano il proprio **rapporto con l'errore** e si **convive con l'incertezza** finché si rimettono insieme i pezzi.

RAFFORZARE I TEAM



Creare insieme, permette di lavorare contemporaneamente **sulla squadra e sul gruppo**.

Si velocizzano i processi di **conoscenza reciproca, fiducia e apertura** all'altro.

Particolarmente utile per team ibridi o appena costituiti, durante fusioni o riorganizzazioni.

ENERGIA E FOCUS



Dedicarsi al fare diventa un modo per **liberare la mente** e **concentrarsi sul presente**.

Usare tecniche non usuali attiva **curiosità, immaginazione, sana sfida** e il piacere della scoperta.

Staccare dal quotidiano, consente di prendersi del tempo per **guardare le cose con maggior lucidità** e da **nuovi punti di vista**.

QUALI BENEFICI PRODUCE?

Favorisce relazioni autentiche

- Attraverso il fare insieme, emergono **fiducia e collaborazione**.
- Si allena contemporaneamente la **dimensione individuale e quella collettiva**, in un continuo dialogo da dentro a fuori.
- Si sperimenta il potere di una **comunicazione non filtrata dal razionale**.

Genera benessere

- Creare è **divertente** e dinamico, dà **energia**, migliora l'umore e rafforza **l'autostima**.
- Consente di **esplorare le proprie risorse** per finalizzarle al proprio progetto o, più semplicemente, per prendersi cura di sé.
- La rigenerazione dell'ozio creativo **allevia tensioni e sovraccarico mentale** attraverso il fare e **nutre l'immaginazione**.

Allena competenze chiave

- *Creatività*
- *Flessibilità*
- *Curiosità*
- *Rispetto*
- *Gestione dell'errore*
- *Ascolto empatico*
- *Fiducia*
- *Cura della parola*
- *Scambio*
- *Feedback*
- *Co-generazione*
- *Governo delle emozioni*
- *Integrazione delle diversità*
- *Condivisione di idee e soluzioni*
- *Stupore e ottimismo*

Ma, nel concreto, cosa sí può fare?

PER DARTI UN'IDEA, POSSIAMO LAVORARE SU

CONOSCERSI E RICONOSCERSI

- **Strumenti:** collage / disegno
- **Benefici:** togliere etichette e pregiudizi
- **Skills allenate:** empatia, ascolto, curiosità



PER DARTI UN'IDEA, POSSIAMO LAVORARE SU

COLLABORARE E CO-CREARE

- **Strumenti:** scarabocchio / scrittura creativa
- **Benefici:** allenarsi a lavorare insieme
- **Skills allenate:** immaginazione, negoziazione, sintesi, public speaking



PER DARTI UN'IDEA, POSSIAMO LAVORARE SU

DEFINIRE PRINCIPI E VALORI

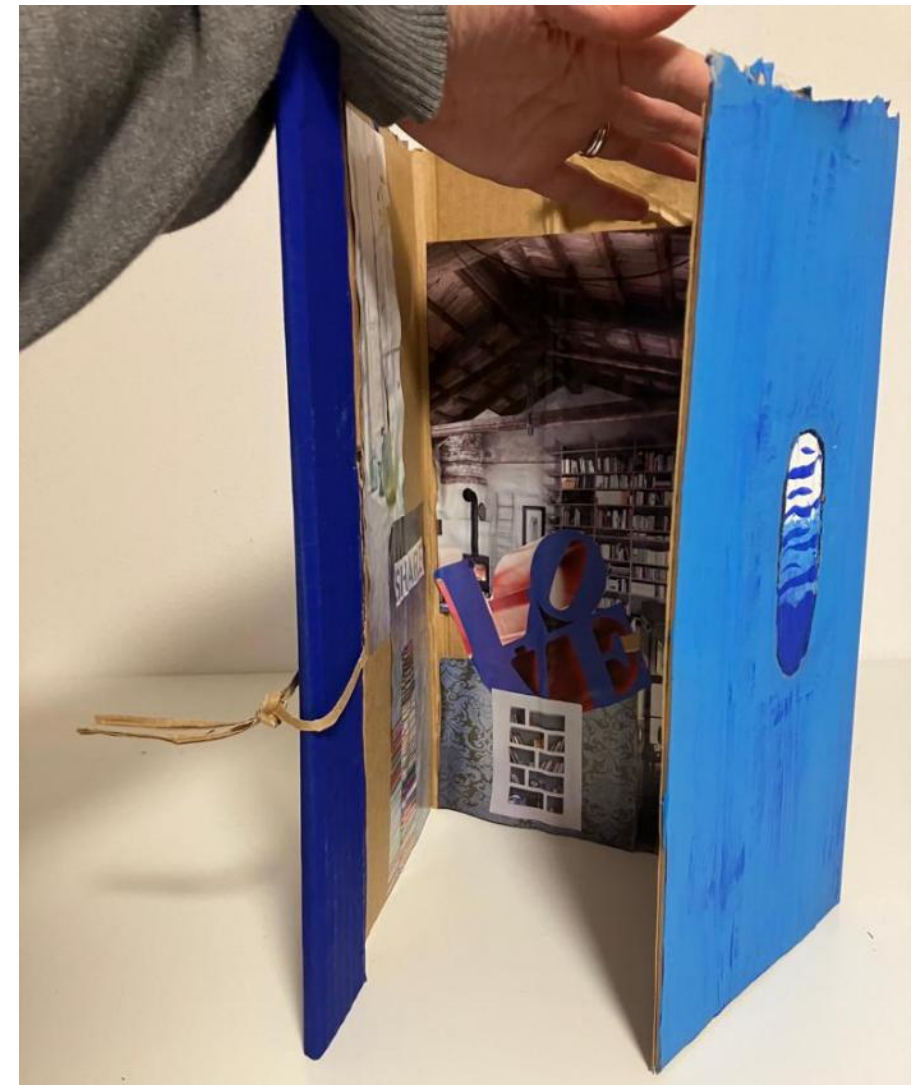
- **Strumenti:** fotografia / pittura
- **Benefici:** condividere un impegno, sintonizzarsi sulla stessa lunghezza d'onda, far emergere nodi da sciogliere
- **Skills allenate:** focus, concretezza, condivisione



PER DARTI UN'IDEA, POSSIAMO LAVORARE SU

DARE SUPPORTO E FIDUCIA

- **Strumenti:** collage / pittura
- **Benefici:** fare rete e rafforzare la conoscenza, sostegno reciproco
- **Skills allenate:** feedback, fare domande, ascolto



PER DARTI UN'IDEA, POSSIAMO LAVORARE SU

AUTOMOTIVARSI E FARE IL PUNTO

- **Strumento chiave:** immagini ispirazionali e scrittura creativa
- **Benefici:** fare chiarezza rispetto al proprio ruolo, bisogni, obiettivi
- **Skills allenate:** consapevolezza, centratura, autocritica





Questi sono solo alcuni stimoli, ma le possibili
declinazioni di questo strumento ti sorprenderanno



COSA CI SI PORTA A CASA?

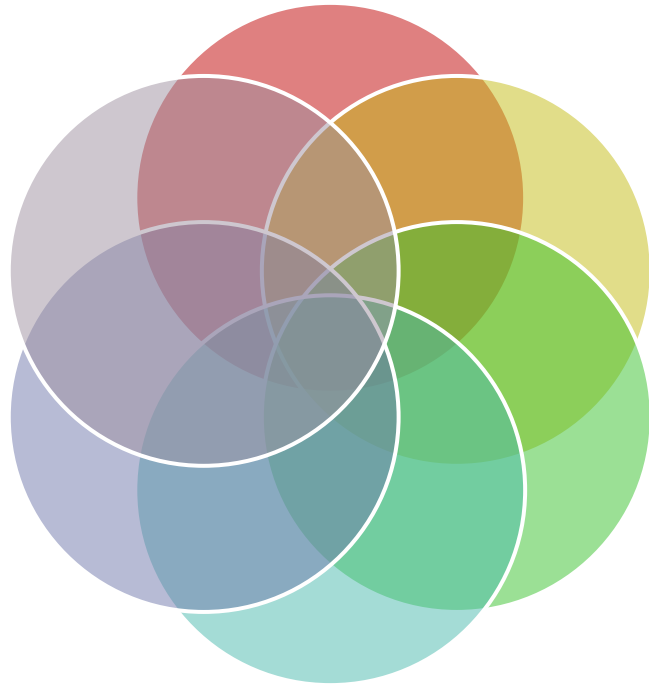
... parla chi l'ha provato!

RELAZIONI

Conoscersi meglio e capire come ragionano gli altri. Ascoltare, fare spazio, saper fare un passo avanti o indietro.

BENESSERE

Lasciar andare le preoccupazioni, lo stress, la paura di sbagliare. Capire quando fare e quando fermarsi.



SOLUZIONI

Lasciare libero il pensiero di andare "dove lui sa" per trovare nuove soluzioni

METODO

Capire che anche divertirsi e accettare di uscire dalla comfort zone, è necessario per raggiungere l'obiettivo.

CONSAPEVOLEZZA

Accettare di aprirsi e scoprire nell'altro qualcosa di sé, entrare maggiormente in sintonia.

GIUDIZIO

Valorizzare ciò che si fa, o ciò che si riceve, anziché giudicarlo o cambiarlo.



UN FORMAT

LEGGERO E PROFONDO

Nato da 20 anni di esperienza e dalla contaminazione fra tre discipline che amo: formazione, coaching, terapeutica artistica.

FOCALIZZATO

SU DI TE

L'arte è sempre il mezzo mai il fine.
Al centro resta la crescita umana e professionale di chi partecipa.

L'ART-LAB

È UN'ESPERIENZA

Co-progettata in base al gruppo, agli obiettivi, al tempo disponibile.
Puoi scegliere fra un team building, un percorso o qualche assaggio.

Ti piace l'idea e vuoi parlarne?

Scrivimi per disegnare insieme il percorso più adatto a te

valeria.salvatico@gmail.com

WhatsApp +39.347.7736320

© 2025. Valeria Salvatico. Tutti i diritti riservati. P.IVA 03892040241





Segui Fuori dallo Specchio
la mia pagina LinkedIn dedicata a Arte e Formazione



Nasco a Savona nel 1975. Dopo gli studi mi trasferisco a Milano dove vivo per circa dieci anni, approdando prima in Accenture e poi facendomi rapire dal mondo della formazione manageriale.

Parto con una Laurea in Filosofia, dopo qualche anno di lavoro sento che mi servono nuovi attrezzi e scelgo il Master in Management delle PMI della LIUC.

Successive contaminazioni mi portano a occuparmi prima di processi, poi di training, per arrivare al coaching.

Ora abito in Veneto e da oltre vent'anni lavoro con le persone all'interno delle organizzazioni.

Trainer sulle soft skills e coach, sono stata per qualche anno in azienda come HR e ho fatto anche un po' impresa (ma questa è un'altra storia, o forse un'altra vita).

Nel 2013 scelgo di rientrare nel campo della consulenza e della libera professione, intrecciando la mia storia di formatrice e coach con l'approccio artistico-narrativo.

Metto al servizio delle imprese la mia competenza, in qualità di Coach e Trainer, nell'ambito di tutti quei percorsi in cui sia necessario ***tirare fuori il potenziale ideativo ed emozionale delle persone per metterle in condizione di interpretare con piena soddisfazione ed efficacia il proprio ruolo.***

www.valeriasalvatico.com

