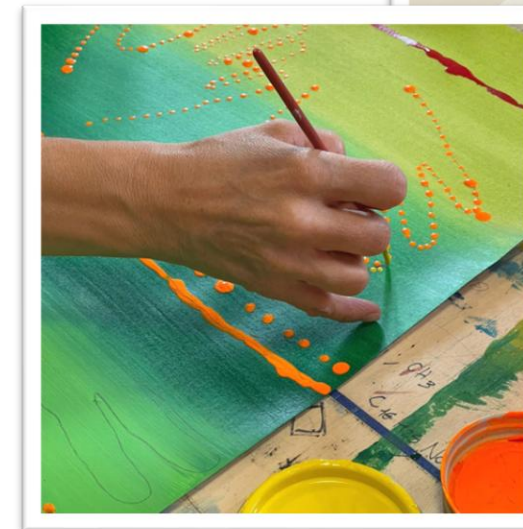


IL MIO MESTIERE?

Aiuto le persone ad interpretare con maggior benessere ed efficacia il proprio ruolo

- ✓ Creo spazi protetti in cui *riflettere, confrontarsi e sperimentarsi*
- ✓ Uso in modo integrato *gli attrezzi del training e del coaching*
- ✓ Approccio qualsiasi tematica con una *modalità laboratoriale* che mette al centro l'esperienza di ciascun partecipante
- ✓ Scelgo *metodologie esperienziali indoor* che attingono al mondo dell'arte e della narrazione in senso lato, per:
 - *Facilitare l'ingaggio e abbassare le barriere*
 - *Coniugare profondità e leggerezza*
 - *Usare un "linguaggio" svincolato da ruolo, contesto e seniority*



ARTE PER LA FORMAZIONE

un approccio creativo alla crescita delle persone e dei team

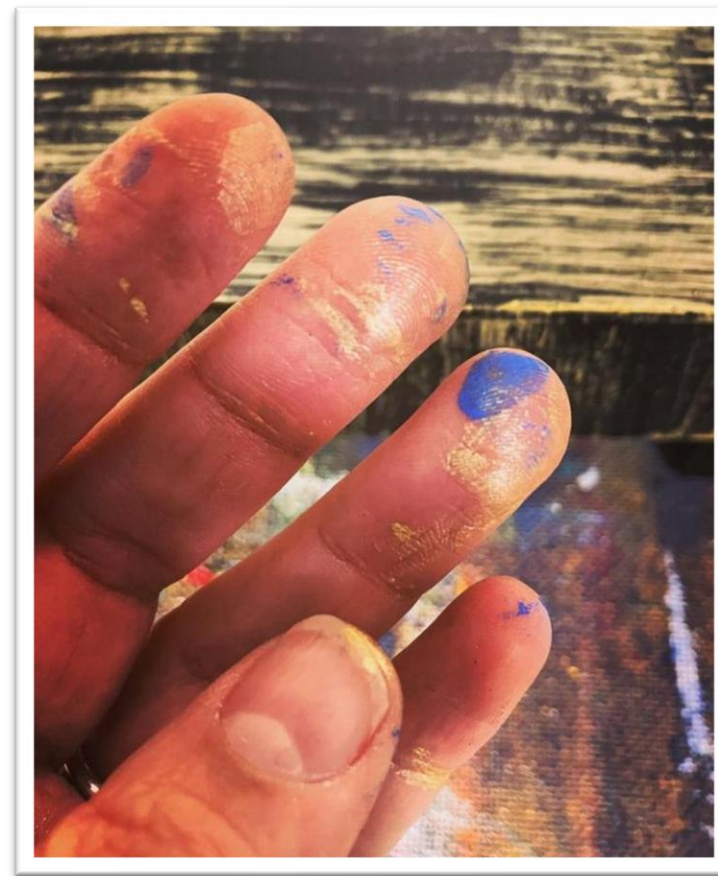
Chiunque abbia avuto modo di esprimersi attraverso un qualsiasi processo creativo, sa quanto questo sia un potente **strumento di benessere, consapevolezza e sviluppo personale.**

Attingere ad un mezzo di comunicazione simbolico come l'arte, non mediato dal razionale, facilita il contatto con la propria sfera più autentica ed empatica consentendo di **entrare più facilmente in relazione con sé stessi e con gli altri.**

Dopo oltre 20 anni di esperienza nel mondo della formazione manageriale e relazionale, ho distillato le pratiche più efficaci e le ho integrate con l'approccio artistico-narrativo.



[Segui Fuori dallo Specchio la pagina LinkedIn dedicata a arte e formazione](#)



PERCHÉ USARE L'ARTE 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 PUÒ ESSERE 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 abbassano le difese, velocizzando 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**.

ART-LAB[®] personalizzabili

Gli ART-LAB possono essere proposti come progetti indipendenti o integrati all'interno di percorsi sulle soft skills.

Si tratta di moduli di formazione esperienziale che utilizzano creatività e arte per lavorare su svariate tematiche:

- *Etichette e pregiudizi*
- *Ascolto e rispetto*
- *Creatività e apertura mentale*
- *Teamworking e collaborazione*
- *Fiducia e rapporto con l'errore*
- *Proattività e improvvisazione*
- *Engagement e valori*



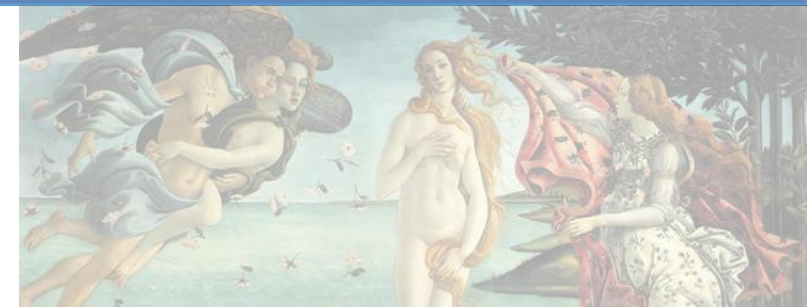
ART-LAB[®] quali strumenti

- **Scrittura creativa**
 - Brevi racconti
 - Dialoghi
 - Lettere
 - Poesia
- **Disegno**
 - Disegno istintivo (scarabocchio, non serve tecnica)
 - Disegno al buio
 - Disegno in gruppo
- **Collage**
 - Individuale per esplorare
 - Collettivo per fare sintesi
 - Da immagini evocative e/o semi-materico
- **Pittura**
 - Momento esperienziale di creazione individuale o collettiva di un'opera sul tema dato
 - Solitamente su cartoni telati e con colori acrilici per far vivere davvero l'esperienza del creare
 - Segue esposizione e debriefing
- **Fotografia**
 - Ritratti
 - Autoritratti
 - Fotografia simbolica sul tema dato (es. sui valori)
 - Segue esposizione e debriefing
- **Arte fruita**
 - Visione di opere e/o lettura di testi
 - Associati ad esercizi di self-coaching con domande guida

- *In fase di progettazione, in base all'obiettivo, al tema dato, al gruppo (tipologia e "maturità") scelgo quali strumenti usare e come combinarli fra loro.*
- *Ogni sessione parte per gradi per avvicinare i partecipanti a strumenti e materiali, rendendo il lavoro "leggero al punto giusto" per facilitare gli apprendimenti.*
- *Il collante fra le varie forme d'arte è sempre il **team / group coaching** per guidare le riflessioni e favorire la contestualizzazione.*



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, rispetto



PER DARTI UN'IDEA, POSSIAMO LAVORARE SU

COLLABORARE E CO-CREARE

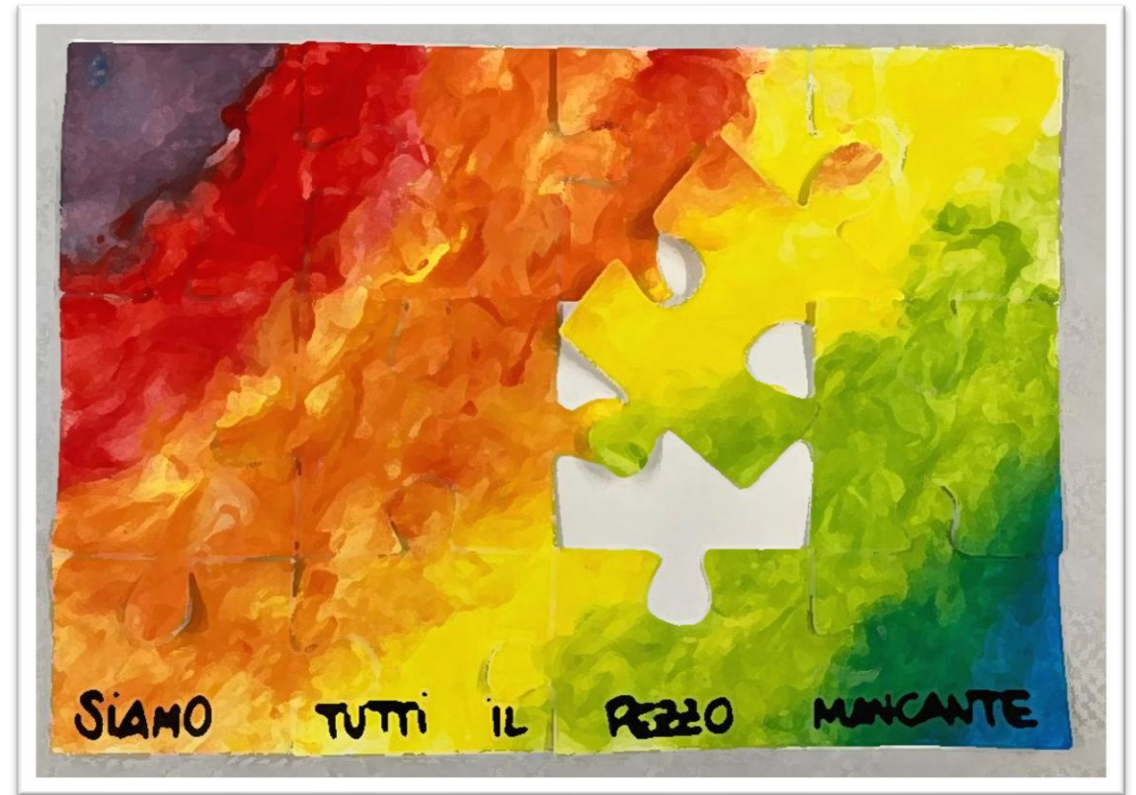
- **Strumenti:** scarabocchio / scrittura creativa
- **Benefici:** allenarsi a lavorare insieme
- **Skills allenate:** team working, apertura mentale, proattività



PER DARTI UN'IDEA, POSSIAMO LAVORARE SU

DEFINIRE PRINCIPI COMUNI

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



COSA CI SI PORTA A CASA? ... parla chi l'ha provato!

RELAZIONI

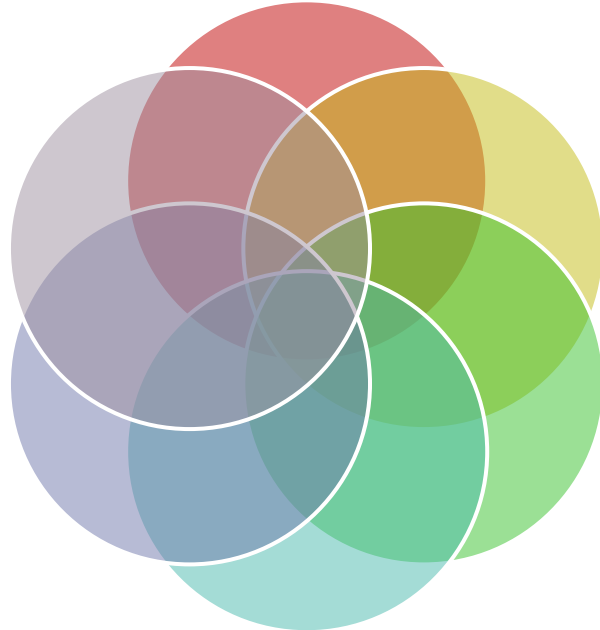
Conoscersi meglio e capire come ragionano gli altri. Ascoltare, fare spazio, saper fare un passo avanti o indietro.

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

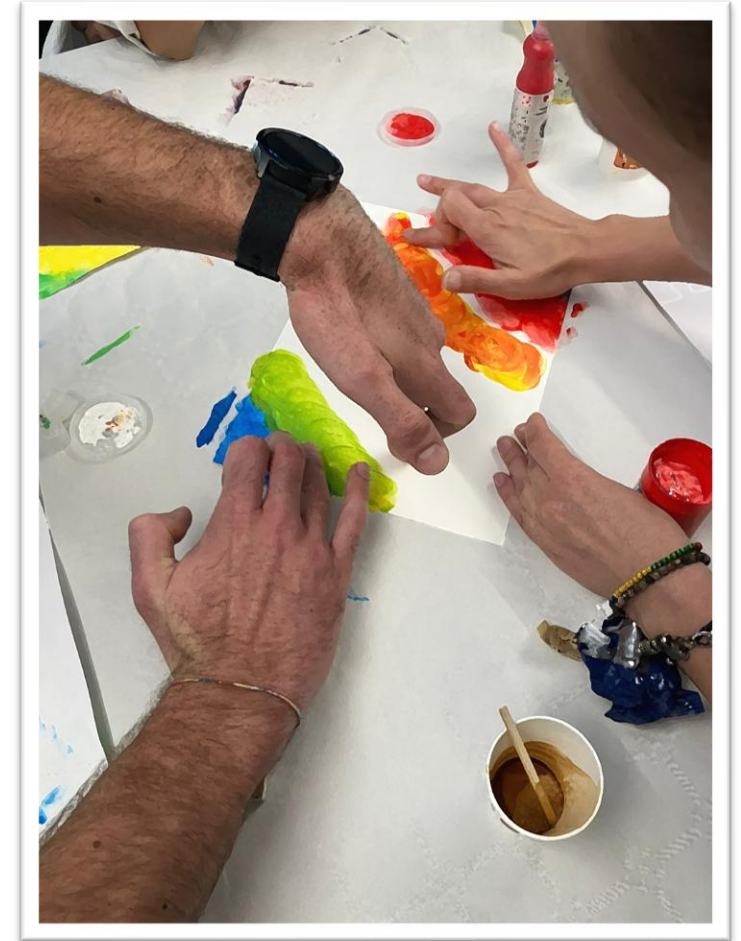
Capire che anche divertirsi e accettare di uscire dalla comfort zone, è necessario per raggiungere l'obiettivo.

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.



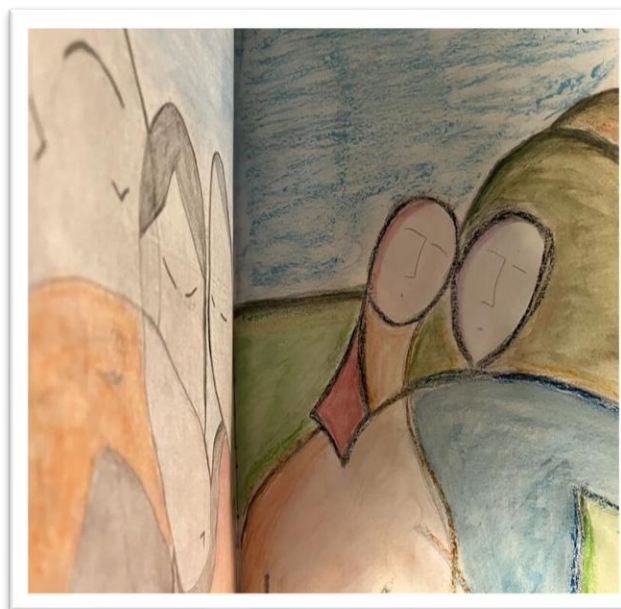
QUALI BENEFICI PRODUCE?

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, attraverso il fare, **allevia tensioni e sovraccarico mentale** 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*



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



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



VALERIA SALVATICO *Coach e Senior Trainer*

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.

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.

La Laurea in Filosofia, un Master in Management delle PMI, una specializzazione in Solution Focus Brief Coaching, un Percorso di Alta Formazione in Coaching Narrativo e uno in Art-Team Building mi hanno fornito una visione multidisciplinare e una ricca cassetta degli attrezzi.

Metto al servizio delle imprese le mie competenze, 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.***