

Public Art e welfare culturale

L'impatto di un intervento di arte pubblica sul benessere e la salute dei partecipanti

Sara Uboldi

Istituto di Scienze del Patrimonio Culturale del Consiglio Nazionale delle Ricerche (ISPC-CNR)
sara.uboldi@ispc.cnr.it

Abstract

The aim of this paper is to provide a reflection on the impact that the experiences of public and participatory art can have on citizens, also in terms of people's well-being and health. After an introduction on the role that Public Art can exercise in the cultural welfare context, the article proposes research conducted through a mixed approach aimed at restoring the perception of well-being in citizens who have participated in an urban *flânerie* experience conducted by artist Elena Mazzi. The case study intends to introduce a comparison on the methods of assessing and measuring the social impact produced by culture.

Key Words

Public Art; Wellbeing; Health; Cultural welfare; Urban *flânerie*

Contents

1. Introduzione
2. Caso di studio: l'esperienza di *flânerie* urbana condotta dall'artista Elena Mazzi
 - 2.1. Arte pubblica, *engagement* e comunità
 - 2.2. Gli impatti sociali dell'arte pubblica
 - 2.3. Contesto in cui s'inserisce il caso di studio
 - 2.4. Descrizione del caso di studio
 - 2.5. Metodologia
 - 2.6. Risultati della ricerca
 - 2.7. Discussione e prospettive future: la cultura cura?
- Bibliografia
- Risorse digitali

1. Introduzione

Nelle sue diverse accezioni, l'arte pubblica – *sita* nello spazio pubblico, *come* spazio pubblico e *verso* il pubblico interesse – può esercitare un potenziale ruolo sociale anche in termini di welfare culturale. Ancora, il concetto di *public art* può riferirsi ad artefatti o media creati, temporaneamente o permanentemente, in luoghi pubblici, interni o esterni, o a performance. In alcuni casi, l'arte pubblica può prevedere il diretto coinvolgimento sociale divenendo arte partecipativa. Non solo quest'ultima trasforma i luoghi pubblici in spazi della condivisione e conduce a una riscrittura delle policy dello spazio pubblico, ma, durante le sue pratiche, gli artisti assumono il ruolo di mediatori incarnati tra spazio, significazione, creatività e pratiche comunitarie. Il diritto agli spazi e alla cultura delle comunità è strettamente connesso al tema dell'impatto esercitato dalle attività culturali sul benessere e la salute degli individui.

L'arte partecipativa è potenzialmente generativa e agisce su molteplici dimensioni, da quella fisica e percettiva, alle componenti simboliche, culturali e sociali. Queste categorie si sovrappongono e consentono un'ideale integrazione all'ampia definizione di salute, fornita dall'Organizzazione Mondiale della Sanità, che contempla un sistema complesso di fattori di tipo biologico, corporeo, relazionale, di competenze e capacità, di partecipazione sociale, in relazione ai fattori contestuali ambientali e psico-individuali.

Storicamente, il primo superamento di un'idea di benessere e salute legata alla sola dimensione biologica e ai fattori ad essa correlati risale agli anni Cinquanta del secolo scorso. Nei decenni successivi, appaiono di rilievo le riflessioni condotte dal costruzionismo sociale e dall'oggettivismo strutturale e funzionalista. Per quanto riguarda la "Seconda cibernetica", l'assunto che l'osservatore sia interno e attivo nella costruzione del sistema osservato, ovvero sia attore nella costruzione di una conoscenza che modella la stessa relazione col sistema (Varela 1979; Bateson 1972; Maturana, Varela 1980; Von Foerster 1981; Watzlawick 1984), ha comportato un rinnovato sguardo anche sui fattori comportamentali che agiscono nella dimensione del benessere (McNamee, Gergen 1992; Anderson, Goolishian, Winderman 1986). La definizione di un individuo osservatore-attore sociale ha inoltre consentito di correlare i processi di conoscenza a quelli della comunicazione evidenziando, all'interno di sistemi complessi, almeno due livelli: la costruzione individuale come dimensione strategica connessa alle intenzioni e agli scopi del soggetto; la co-costruzione riguardante la fondazione della realtà sociale. Nell'ambito dell'oggettivismo strutturale-funzionalista (Merton e Nisbet 1971), un punto di svolta, fornito dagli autori Kitkuse e Spector (2017), è stata l'individuazione dei problemi sociali come sequenze di eventi, definiti collettivamente sulla base del rifiuto di ogni identificazione statica. In questo tipo di approccio, il problema sociale può essere definito tale solo se identificato consapevolmente dagli stessi individui e dalle società. Seguendo questa direzione, le categorie legate all'auto-percezione e valutazione divengono significative, anche in termini di consapevolezza e produzione del benessere degli individui. In questa

prospettiva, pertanto, l'arte pubblica partecipativa si connota come eccellente strumento per sostenere e generare resilienza nelle comunità e per costituire pratiche condivise di problem solving. L'arte partecipativa dirige a una riappropriazione degli spazi da parte di cittadini e comunità, generando pratiche dello spazio à la Certeau, «l'espace est un lieu pratique» (Certeau 1990: 73), implicando il passaggio da una modalità del "vedere" a una del "fare", da uno "stare fuori", visione dall'alto o satellitare, a un percepirsi all'interno, ovvero assimilare e contaminare lo spazio con il proprio *Io*. Il *diritto alla città* (Lefebvre 1978) si manifesta attraverso l'appropriazione di spazi fisici e simbolici dove costruire relazioni, elaborare progettualità condivise, concretizzare esperienze capaci di modellare orizzonti comuni. Questi processi rendono lo spazio un bene comune proprio attraverso una ri-significazione individuale e collettiva che può essere generata dall'intervento artistico.

L'Organizzazione Mondiale della Sanità ha sottolineato come il senso di appartenenza dei beni pubblici costituisca uno dei fattori rilevanti per la salute mentale degli individui (Kestel 2019; Heritage 2021) e come il coinvolgimento di persone e gruppi nella partecipazione e conservazione del patrimonio culturale sia fonte di benessere, soprattutto per le persone anziane (Power, Smith 2016). In senso più ampio, la stessa definizione di salute data dall'OMS, come "state of complete physical, mental and social wellbeing and not merely the absence of disease or infirmity" (WHO 1969), include dimensioni legate alla partecipazione, ad esempio, il senso di coerenza e auto-realizzazione, il legame sociale e l'inclusione, così importanti per il benessere psicologico.

La consapevolezza del peso della componente culturale in termini di salute emerge anche nel programma *Health 2020*, che restituisce il quadro della politica sanitaria della CE, in cui viene posta forte enfasi sul benessere percepito dalle popolazioni europee. L'Ufficio Regionale per l'Europa dell'OMS ha recentemente avviato un progetto sui contesti culturali della salute con un'analisi approfondita di come i fattori culturali influenzino la salute e il benessere. In particolare, a partire dal 2008, con il *Foresight Mental Capital and Wellbeing Project*, è stato precisato che il benessere mentale è da considerarsi un:

dynamic state in which the individual is able to develop his/her potential work productively and creatively, build strong and positive relationships with other and contribute to their community. It is enhanced when an individual is able to fulfill their personal and social goals and to achieve a sense of purpose in society. (*The Government Office for Science* 2008)

Il recente *Health Evidence Network Synthesis Report 67-2019* dell'OMS (Fancourt, Fill 2019) restituisce una rassegna di riferimento utile a comprendere il potenziale che la cultura e le arti possono avere nell'ambito della salute, nei termini di diffusione di consapevolezza e di modelli di stili di vita sani, come sostegno dell'invecchiamento attivo, come supporto al benessere mentale e integrazione alle pratiche di cura tradizionali. L'OMS ha pertanto sancito il riconoscimento del potenziale culturale e delle arti per promuovere la salute in un'ottica biopsicosociale e salutogenica, legata allo sviluppo di competenze

e abilità (*coping e life skill*), di potenziamento delle risorse, (*empowerment*), resilienza di individui e comunità, capacità di apprendimento; come sostegno del benessere soggettivo, dell'autoconsapevolezza, al livello di soddisfazione per la vita; come contrasto alle disuguaglianze di salute, a sostegno della coesione sociale, per facilitare l'accesso e lo sviluppo di capitale sociale; come sostegno dell'invecchiamento attivo; come contrasto al decadimento psicofisico e alla depressione, ai fenomeni correlati all'abbandono e all'isolamento sociale; come supporto nelle relazioni medico-paziente, persona, caregiver o educatore; come intervento complementare e integrato ai percorsi di cura tradizionali; infine, come mitigante e ritardante nel caso di patologie neurodegenerative come demenze, Alzheimer e Parkinson (Cicerchia, Ghiglione, Seia 2021). Le evidenze raccolte in ambito internazionale sono state ulteriormente discusse dal documento elaborato dall'University College of London (UCL), *Evidence Summary for Policy. The role of arts in improving health and wellbeing* (Fancourt, Warren, Aughterson 2020), che, partendo dal documento OMS n. 67, riconosce le forti evidenze sul ruolo che le arti possono avere per migliorare il benessere negli adulti (fattori psicologici positivi), per ridurre il declino in età avanzata, per supportare lo sviluppo sociale di bambini e adolescenti, e come sostegno alla coesione sociale.

2. Caso di studio: l'esperienza di *flânerie* urbana condotta dall'artista Elena Mazzi

2.1. Arte pubblica, engagement e comunità

Le potenzialità dell'arte come strumento di rigenerazione urbana e rivitalizzazione degli spazi sono state ampiamente esplorate negli ultimi anni (Evans 2021; Martegani, Kasper, Drew 2020; Perelli 2006). Nella contemporaneità, l'arte rivendica un ruolo non solamente estetico, ma direttamente legato ai processi sociali. L'arte pubblica agisce rendendo visibile la stratificazione di simboli nello spazio, può intervenire direttamente nei processi di democratizzazione e contribuire a migliorare la qualità della vita (Hall 2004). Partendo dalle esperienze di *Community Arts* degli anni Sessanta, che prevedevano principalmente esperienze di coinvolgimento di minoranze culturali, di genere e classe, si è sviluppato l'approccio critico in cui l'arte diviene processo di coinvolgimento delle comunità, prima che intervento sullo spazio. L'artista interpreta quindi differenti ruoli in questo divenire, da sperimentatore, reporter, in quanto soggetto che raccoglie informazioni da trasmettere ad altri, ad analista e attivista, quale centro catalizzatore del cambiamento sociale (Lacy 1995).

La letteratura cita, come vantaggi relativi alla partecipazione da parte delle comunità agli interventi di arte pubblica, il rafforzamento della cooperazione, del senso di appartenenza, dell'orgoglio e della consapevolezza dei cittadini, la creazione di reti tangibili tra le persone (Hall, Robertson 2001); la promozione di senso di fiducia verso l'altro e la comunità, lo sviluppo di competenze e di dibattito critico, l'aumento della partecipazione alle forme culturali emergenti

e, infine, la maggiore comprensione delle idee e dei processi creativi alla base dell'arte (Adams 2001).

L'importanza della partecipazione viene sancita anche dalla Convenzione di Faro che tutela le stesse comunità come patrimonio culturale, in quanto depositarie di conoscenze, valori, pratiche materiali e immateriali, e ne valorizza il ruolo attivo nel trasmettere l'eredità culturale alle generazioni future (Pavan-Woolfe, Pinton 2019).

Partendo dall'art. 27 della *Dichiarazione universale dei diritti dell'uomo*, che indica la partecipazione alla vita culturale come diritto fondamentale, i programmi della Commissione Europea hanno stabilito i framework per migliorare l'accesso alla cultura, in particolare richiamando l'attenzione sull'importanza che essa riveste nella vita dei popoli europei. La CE indica come un settore culturale attivo, vitale, fiorente è da considerarsi un fattore imprescindibile per favorire lo sviluppo delle società. La partecipazione alla vita culturale, la creazione artistica, l'accesso alle competenze e conoscenze arricchiscono individui e comunità e rafforzano le reti civiche che compongono il tessuto sociale.

2.2. Gli impatti sociali dell'arte pubblica

I benefici dell'arte partecipativa sulla salute e il benessere sono stati esplorati da un buon numero di ricerche basate su evidenze e modelli prevalentemente quantitativi (*Heritage, Health and Wellbeing* 2021). All'interno di questo scenario, emerge tuttavia la necessità di individuare i meccanismi attraverso i quali la co-creazione artistica interviene per rafforzare il *wellbeing* e la salute degli individui. La rassegna letteraria fornisce alcuni modelli preposti alla restituzione degli impatti e allo sviluppo di strumenti, in particolare, è diffuso l'uso della *Warwick-Edinburgh Wellbeing Scale* (WEMWBS), per quantificare gli outcomes come la diminuzione della depressione, dell'ansia, i benefici nelle skills sociali e nella memoria di lavoro. Diversamente, la ricerca qui presentata propone un approccio basato su un metodo misto, prevalentemente qualitativo, con una fase iniziale quantitativa di primo orientamento, partendo dal framework della Grounded Theory (Glaser, Strauss 2009 [1967]). Nello specifico, gli strumenti sviluppati per misurare l'impatto dell'arte pubblica sugli individui includono la dimensione cognitiva, il *mood* (positivo e negativo), la presenza di *flow state* (immersione o trasporto). Il livello di immersione o trasporto dell'esperienza culturale è significativo in quanto fattore di attivazione di una decrescita dello stress ed elemento di rinforzo delle emozioni che scaturiscono dall'esperienza e dalla memoria (Holt 2017).

2.3. Contesto in cui s'inserisce il caso di studio

L'esperienza oggetto d'analisi costituisce soltanto uno dei molteplici interventi condotti dall'artista Elena Mazzi nel contesto urbano, all'interno del progetto *Parole, parole, parole*, promosso dal Comune di Reggio Emilia e da associazioni che lavorano alla sensibilizzazione di una cultura rivolta al con-

trasto della violenza di genere. L'approccio precipuo di questa artista ha previsto l'ascolto delle esigenze della comunità e una serie di attività condivise di co-progettazione e creazione. Nello specifico, l'esperienza di *flânerie* urbana, legata a una residenza d'artista, all'interno del frame generale di *Parole, parole, parole*, ha costituito una tappa di un processo ampio rivolto all'individuazione di un vocabolario e di un "fare" collettivo improntato alla relazione e alla costruzione di consapevolezza. Il contributo proposto da questa ricerca non ha quindi alcuna pretesa di esaustività rispetto a una lettura critica dell'articolata produzione di arte pubblica di questa artista. Nel territorio, Elena Mazzi è intervenuta con approcci diversificati in quindici luoghi di Reggio Emilia e provincia, dai Musei Civici e alle biblioteche, fino alle scuole e alle sedi delle associazioni. Con gli assunti dell'impatto che l'arte pubblica può esercitare sulla comunità dei cittadini, l'intervento di valutazione proposto comporta un esempio utile a veicolare un approccio misto e una metodologia sostenibile. Il caso pilota propone infatti una dimensione contenuta, ma con un campione significativo esplorato in profondità secondo l'approccio qualitativo, suggerendo un approccio che potrebbe essere esteso e replicato attraverso interventi sistemici rivolti alla valutazione degli impatti dei programmi culturali d'arte pubblica nella loro integrità, dalla committenza, alla progettazione, produzione e restituzione, comprendente anche le pratiche di ri-significazione e riuso.

2.4. Descrizione del caso di studio

Esercitazioni:

Osservare la strada, di tanto in tanto, magari con una cura un po' sistematica.
Applicarsi. Fare tutto con calma. [...]
Sappiamo vedere qual che è notevole? C'è qualcosa che ci colpisce?
Niente ci colpisce. Non sappiamo vedere. (Perec 1989: 62)

Nella cornice del progetto di arte pubblica *Parole, parole, parole*, all'interno del programma di una residenza d'artista, l'artista Elena Mazzi ha guidato un'esperienza di *flânerie* nel centro storico di Reggio Emilia. L'esperienza è stata promossa dall'associazione *Via Roma Zero*, realtà che raccoglie cittadini di Reggio Emilia con lo scopo di promuovere eventi culturali per combattere il degrado e l'abbandono del quartiere cittadino. Ai partecipanti è stato proposto un percorso di esplorazione urbana partendo da uno dei punti di accesso al centro storico fino alla via interessata dalle attività di promozione culturale dell'associazione. Aggirandosi tra le strade, i partecipanti erano sollecitati a osservare l'usuale o lo sconosciuto, accompagnati dalla lettura di frammenti dell'opera *Specie di spazi* di Georges Perec (1989). Un piccolo sacchetto trasparente consentiva la raccolta di ogni oggetto potenzialmente significativo per la realizzazione dell'intervento dell'artista. Inoltre, una polaroid era messa a disposizione dei partecipanti per un solo scatto, per catturare un frammento spazio-temporale significativo durante la perlustrazione. Prima e dopo l'espe-

rienza, i partecipanti hanno compilato due strumenti per la misurazione dello stato d'animo e delle emozioni auto-percepite forniti dal *Museum Wellbeing Measures Toolkit* (UCL 2013). Al termine del percorso urbano è stato proposto il focus group oggetto dell'analisi. I quattordici soggetti coinvolti nell'esperienza, donne e uomini, avevano età comprese tra i 30 e i 65 anni.

2.5. Metodologia

La ricerca adotta un approccio misto (*mixed research*) con un design integrato di analisi qualitativa e quantitativa per valutare l'impatto della partecipazione culturale sul benessere delle persone. Nello specifico, la prima fase, detta *quantitative preliminary*, introduce l'utilizzo degli strumenti *Wellbeing Umbrella* (PWU, *Positive Wellbeing Umbrella Generic* - NWU-G, *Negative Umbrella Generic*) elaborati da UCL *Museum Wellbeing Measures Toolkit* (2013). Il valore assegnato a questo kit di auto-valutazione è legato, in particolare, alla sua capacità di guidare, nel fruitore, un processo di presa di consapevolezza sul potenziale ruolo che l'esperienza culturale può esercitare sul benessere. La fase qualitativa si è quindi avvalsa di focus group. Il *mixed method* ha consentito un'analisi multi-prospettica dell'oggetto di studio, restituendo risultati più esaurienti e in profondità rispetto a un approccio esclusivamente quantitativo. L'analisi narrativa dei focus group (Bowen 2005) è stata condotta con un software di analisi semantica. Atlas-ti è uno strumento che consente di adottare un processo sistematico, continuo e non lineare, per superare i limiti di un approccio basato solo sulle relazioni statiche tra variabili. Lo strumento è stato sviluppato per facilitare lo sviluppo di un modello teorico saldamente ancorato al testo, in quanto permette alle diverse categorie di analisi di interagire con i significati costruiti dai soggetti nel discorso (Muhr 1997). Atlas-ti dimostra forti potenzialità nel campo dell'analisi qualitativa finalizzata all'identificazione delle strutture della comunicazione e delle tracce digitali delle interazioni umane. Il software si basa su un modello di rete cognitiva che facilita l'organizzazione formale dei dati e la sintesi dei risultati sulla base delle macro-categorie euristiche impostate dal ricercatore in fase di progettazione. Nella ricerca, è stata assunta una direzione induttiva con andamento ciclico dato da una prima lettura e decodifica delle categorie e una successiva ridefinizione delle stesse attraverso la comparazione con la letteratura teorica. È quindi seguita la creazione di reti, strumenti di indagine analitica con funzione di mappe mentali utili per la pianificazione e lo sviluppo teorico. Questo procedimento ha consentito, durante il processo di raccolta e codifica dei dati, di riflettere sulle relazioni e i significati in continuità. Il primo passo dell'analisi ha previsto la codifica dei dati utilizzando identificatori univoci (codici), poi usati come marcatori nei dati. Nella seconda fase, i codici sono stati riuniti in categorie in base alla somiglianza e ai temi. Il software ha consentito di mettere in relazione i codici emergenti tra loro attraverso categorie basate sul testo e di misurare la fondatezza (*groundedness*, numero di citazioni collegate a un codice) e la densità del codice (*density*, numero di altri codici collegati a un codice marcatore). I dati ricavati, basati sulle singole *quotation* (segmenti della

conversazione) e sui loro codici, possono essere messi in relazione ai modelli teorici generali o delineare una nuova teoria basata sui dati.

2.6. Risultati della ricerca

Per il *flâneur*, la città non è semplicemente un universo semiologico che va decifrato, ma anche uno scenario mnemonico, pieno di ricordi ricorsi e anche evocativo di essi. (Gilloch 2008: 305)

La nozione di *flâneur*, codificata da Walter Benjamin nei suoi *Passages* (1981), viene oggi rinnovata in differenti pratiche di movimento e osservazione urbana, divenendo l'oggetto di ampie teorie nelle scienze sociali e nella filosofia che vanno ad arricchire i contributi più tradizionali sul tema del viaggio e dell'esplorazione, prodotti dalla geografia, dalla letteratura e dal cinema. In particolare, le arti costituiscono un fertile territorio di sperimentazione delle coordinate spaziali: partendo dalle esplorazioni dadaiste, dalle mappe influenzate dei surrealisti, alla geografia parallela di Philippe Vasset, con i suoi spazi bianchi, attraverso la psico-geografia di Sinclair, la *flânerie* letteraria di Perec e quella ferroviaria di François Bon, fino alla pratica squisitamente contemporanea della *cyberflânerie* (Farinelli 2009). In questo articolato contesto, si assiste all'urgenza di postulare un'istanza esperienziale del discorso spaziale, rivolta sia alla sfera ontologica dell'individuo, sia ai nuovi assetti della società. Questa esigenza ha condotto sociologi, urbanisti e letterati a introdurre rinnovate categorie e a configurare sempre più la *flânerie* come condizione cognitiva, più che geografica, in cui «il visibile è da costruire» (Bon 2000: 37). Oltre alle distinzioni tra *flânerie* libera, itinerante, fissa, *shadowing* semplice o incrociata, è particolarmente interessante la concettualizzazione di pratica degli spazi, introdotta da Iain Sinclair, saggista, scrittore e *film maker*, derivante dall'intersezione di *strolling*, “andare a spasso”, e *stalking*, “andare in cerca” (2008). Come già sostenuto, dagli studi emerge un panorama variegato di pratiche di deambulazione e rivisitazione del territorio che enfatizzano le dimensioni stranianti ed emotive dell'esplorazione, sia come risposta critica al funzionalismo urbano, sia come forma di tensione etica di una parte di società in transizione verso una partecipazione e un accesso più ampi, rilevabili a livello di cittadini quanto di istituzioni. La pratica della deambulazione osservante rinvia comunque a una ricerca di libertà, al rifiuto della velocità e dei tempi urbani, all'integrità dell'individuo che viene messo in condizione di riprendere possesso degli spazi pubblici della città (Nuvolati 2013). Di fatto, la *flânerie* contemporanea viene a configurarsi come pratica tesa alla socializzazione, distaccandosi dall'esplorazione solitaria e individualista tradizionalmente legata alla figura del dandy ottocentesco. Questo aspetto emerge con rilievo anche nel nostro caso di studio; l'analisi delle categorie emergenti dal focus group mostra la significatività di dimensioni quali quella relazionale (sentirsi in connessione con gli altri) e il senso di appartenenza.

Come esplicitato nella descrizione metodologica, nell'analisi sono stati messi in relazione i codici emergenti attraverso l'individuazione di categorie basate sul testo. Questo processo ha consentito di misurare la fondatezza delle

categorie semantiche (*groundedness*) e la densità del codice (*density*). Il termine *Groundedness* si riferisce al numero di citazioni collegate a un codice, *Density* al numero degli altri codici correlati al codice marcatore. Nella tabella sottostante è pertanto possibile individuare, per ciascuna categoria affiorata dal testo, i livelli di *groundness* (GR) e densità (D).

Tabella 1. Categorie semantiche, livelli di groundness (GR) e densità (D).

Categoria emergente	GR	D	Gruppo
● AUTOREALIZZAZIONE/SE	4	6	WELLBEING
● BENESSERE/B/C/SE	5	12	WELLBEING
● CAT. TIMICA: EUFORIA: RILASSATO	6	1	WELLBEING
● CAT. TIMIOCA: DISFORIA - TRISTEZZA	1	0	WELLBEING
● CREATIVITÀ/C	2	2	COGNITION AND MEMORY, WELLBEING
● CURIOSITÀ/SE	3	2	COGNITION AND MEMORY, WELLBEING
● DIMENSIONE CORPOREA/B	3	4	EMBODIMENT
● DIMENSIONE CORPOREA: MOVIMENTO IN ATTO/B	4	1	EMBODIMENT
● DIMENSIONE CORPOREA: OCCHI/SGUARDO//B/SE	5	2	EMBODIMENT
● DIMENSIONE TIMICA: EUFORIA- FELICE//SE	2	1	WELLBEING
● DIMENSIONE VALORIALE ASSEGNATA ALL'ESPERIENZA: ALTA//C	10	4	COGNITION AND MEMORY, WELLBEING
● DOMANDA/QUESITO/MANIFESTAZIONE DI INTERESSE/ DESIDERIO DI CONOSCERE/C	1	1	COGNITION AND MEMORY
● EMOZIONI: CAMBIAMENTO POSITIVO//B/SE	2	1	WELLBEING
● FLUSSO ESPERIENZIALE/B/C/SE	1	10	EMBODIMENT
● IMMAGINAZIONE/C/SE	1	3	COGNITION AND MEMORY, EMBODIMENT
● INTENZIONALITÀ//C	1	1	WELLBEING
● LIBERTÀ/SE	4	1	WELLBEING
● METACOMMENTO SUL PROCESSO DEL VEDERE/C	2	0	COGNITION AND MEMORY, EMBODIMENT
● METACOMMENTO SUL PROCESSO DI CREAZIONE DELL'OPERA//C/SE	3	0	COGNITION AND MEMORY
● METARIFLESSIONE SULL'ESPERIENZA//C	6	0	COGNITION AND MEMORY, EMBODIMENT

●	NON SENTIRSI GIUDICATI/SE	1	1	WELLBEING
●	PARTECIPAZIONE/COINVOLGIMENTO ATTIVO//SE	4	1	WELLBEING
●	PIACERE//SE	3	1	WELLBEING
●	PROCESSI ESPERIENZIALI: DIMENSIONE RELAZIONALE: CONNESSIONE CON GLI ALTRI//B/SE	15	3	EMBODIMENT, WELLBEING
●	PROCESSI ESPERIENZIALI: LIVELLO DI CONNESSIONE CON L'ESPERIENZA: CONNESSIONE MENTALE//B/C/SE	2	2	EMBODIMENT
●	PROCESSI ESPERIENZIALI: LIVELLO DI CONNESSIONE CON L'ESPERIENZA: FORZA E SPONTANEITÀ DEL COINVOLGIMENTO	1	1	EMBODIMENT
●	PROCESSI ESPERIENZIALI: LIVELLO DI CONNESSIONE: COINVOLGIMENTO CORPOREO/B	5	6	EMBODIMENT
●	PROCESSI ESPERIENZIALI: PROCESSI REGOLATORI: CONNESSIONE MENTALE//B/C/SE	1	1	EMBODIMENT
●	PROCESSI ESPERIENZIALI: RISPOSTE CORRELATE ALL'ESPERIENZA: STATO DI COINVOLGIMENTO	1	1	EMBODIMENT
●	PROCESSI ESPERIENZIALI: LIVELLO DI CONNESSIONE CON L'ESPERIENZA: PRESENZA//B/C/SE	3	1	EMBODIMENT
●	PROCESSI ESPERIENZIALI: RISPOSTE ESTETICHE: METAFORE DELLA CONNESSIONE//B/C/SE	1	2	EMBODIMENT
●	PROCESSI ESPERIENZIALI: RISPOSTE META-CONOSCENZA: INTENSITÀ EMOTIVA	1	1	EMBODIMENT, WELLBEING
●	RAPPORTO CON IL PATRIMONIO CULTUALE: RIFERIMENTO VALORIALE//C/SE	3	1	COGNITION AND MEMORY, WELLBEING
●	RAPPORTO CON IL PATRIMONIO CULTURALE: IDENTITÀ//C/SE	1	2	COGNITION AND MEMORY, WELLBEING
●	RAPPORTO CON LA MEMORIA//C/SE	2	2	COGNITION AND MEMORY
●	RELAZIONE CON GLI ALTRI PARTECIPANTI	4	2	WELLBEING
●	RIFERIMENTO ALL'IO//SE	8	1	EMBODIMENT, WELLBEING
●	RIFERIMENTO ALLA MEMORIA//SE	3	1	COGNITION AND MEMORY
●	SENSO DELL'OLFATTO	1	2	EMBODIMENT
●	SENSO DELL'UDITO	1	2	EMBODIMENT
●	SENSO DELLA VISTA//B	2	2	EMBODIMENT
●	SENSO DI APPARTENENZA//SE	9	3	
●	SENSO DI COMUNITÀ//SE	3	2	WELLBEING
●	SIGNIFICATO E SCOPO//C	1	2	COGNITION AND MEMORY, WELLBEING
●	SINESTESIA//B	1	6	EMBODIMENT
●	TEORIA DELLA MENTE//SE	1	5	EMBODIMENT, WELLBEING

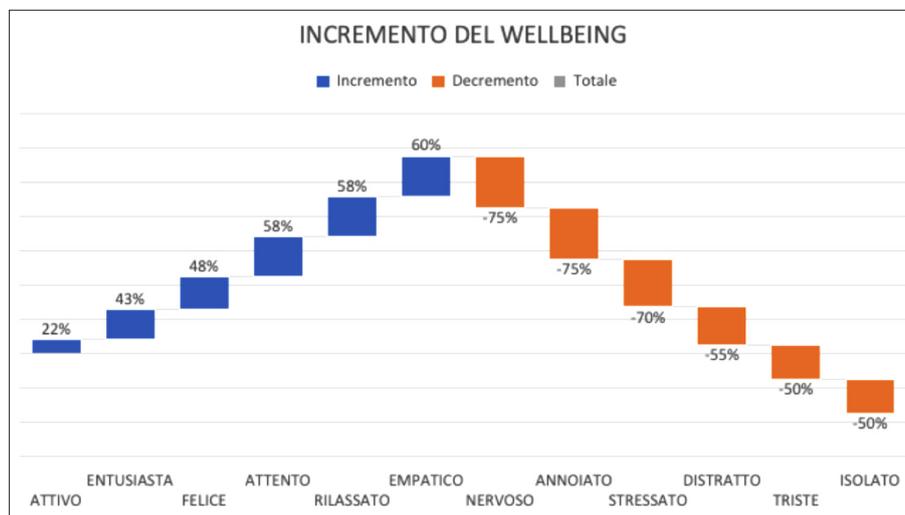


Figura 1. Grafico rappresentante le percentuali di variazione delle categorie semantiche legate agli stati d'animo e alle emozioni emerse dall'indagine quantitativa preliminare attraverso l'uso del Museum Well-being Measures Toolkit (UCL 2013)

In particolare, le dimensioni più significative emerse appartengono al dominio del *wellbeing*: la dimensione relazionale e il sentirsi in connessione con gli altri, il senso di benessere psicologico, di appartenenza e di autorealizzazione, il riferimento all'io, da intendersi in dimensione olistica. Per quanto riguarda la categoria timica, predomina il senso di rilassamento generato dall'esperienza. Alcune di queste dimensioni sono state prese in esame anche dallo strumento di rilevazione quantitativa che indica un generale significativo incremento del benessere nei partecipanti, nei termini incremento dell'empatia (60%), del relax (58%), della felicità (48%), dell'entusiasmo (43%), del sentirsi attivo (22%), insieme a una decrescita delle dimensioni negative, quali il sentirsi nervoso (75%), annoiato (75%), stressato (70%), distratto (55%), triste (50%), isolato (50%).

Quanto emerge dalle parole dei partecipanti è, prima di tutti, la percezione del camminare come pratica tesa alla socializzazione:

- C'è anche una libertà dell'essere, il fare parte di una comunità, di un gioco, un'esperienza e il gruppo, un gregge, che non è un gregge, è il fare tu parte di una comunità.
- Per me sono i legami sociali che predominano alle fine, anche se non abbiamo chiacchierato, ci sono stati piccoli legami e il condividere un'esperienza vissuta di rallentamento dello sguardo... per me è stato ricchissimo e io anch'io non sono di via Roma, ma sentivo in diritto di venire... ah, ah (*ride*).
- E l'altra cosa che ho apprezzato tantissimo quello che hai detto tu... perché io mi sono detta "ma io, se queste persone le vedo fuori, cioè sento... che le saluterò e di aver partecipato a qualcosa insieme". Questo aver preso parte, secondo me, è dentro di noi, indipendentemente dal fatto che ci rivedremo, e faremo delle cose...

La condivisione di un obiettivo, la sfida a “rallentare lo sguardo” ha prodotto un senso di vissuto condiviso, di legame:

- Anche l’altro aspetto che è quello del senso di avere interessi comuni, insomma il senso di comunità che si è creato che dà l’idea che, volendo, si possono fare le cose insieme e basta mettersi insieme a vedere... anche cose banali, insomma, ma da queste poi magari nascono anche cose più importanti, non so... che riguardano l’ambiente, che riguardano il quotidiano e che secondo me è molto bello condividere.

Ciò conferisce consapevolezza sul rapporto tra l’esperienza vissuta e l’empatia:

- Empatia anche tra le persone, tra... quindi bello... molto bello, bisognerebbe farne di più...
- Questo aver preso parte, secondo me, è dentro di noi, indipendentemente dal fatto che ci rivedremo, e faremo delle cose... quindi...
- È un legame...
- È un legame!

Il senso di legame e apertura all’altro viene quindi collegato alla natura dell’iniziativa da uno dei partecipanti, membro dell’associazione promotrice dell’esperienza:

- Noi ci chiamiamo Via Roma Zero è perché zero sta per un luogo che non esiste, e quindi è in realtà aperto, ci siamo conosciuti come quelli di via Roma, non abbiamo assolutamente confini, barriere...

Una delle partecipanti riflette sulla percezione dell’esperienza vissuta, attuando un processo di significazione e chiamando in causa una scala di valori che indica un passaggio da una condizione di disagio («perché io l’ho percepito il freddo») a uno stato di benessere psicofisico dato dal “fare delle cose insieme”:

- Secondo me, stavo pensando: è curioso questo aspetto del freddo, no?... che dicevamo... Perché io l’ho percepito il freddo. Anche a me dava fastidio però, nella scala dei valori, rispetto all’esperienza che facevo l’ho messa in tasca questa cosa qua, perché era... cioè, era troppo il desiderio di continuare a fare delle cose insieme... Quindi, i guanti piuttosto... ti attrezzavi per poterci stare comunque al meglio e non fare l’esperienza sottrattiva, in modo sottrattivo, no?

La dimensione valoriale legata alla percezione del benessere e alla motivazione (correlata all’auto-realizzazione) emerge anche dalle parole di altri partecipanti:

- Indipendentemente dal freddo, io sono freddolosa, ho sentito queste cose, però questa è una cosa importantissima, è una fortuna enorme secondo me... poter partecipare... è una cosa molto bella, infatti l’ho colta...

- Anche per me, appunto, io ero totalmente in pace, un senso assolutamente di tranquillità, equilibrio, ero presa da quello che facevo, mi piaceva e quindi non mi interessava se c'era gente o non c'era gente, la nebbia, queste cose... Riuscivo proprio a essere sopra a quella dimensione, insomma, l'arte è molto più forte di queste cose...
- Questo è stato anche un grande rilassamento, perché per me la cosa molto forte che esce è la presenza di comunità, il senso di sociale.

Il senso di benessere appare inoltre correlato alla percezione di una libertà, uno sdoganamento rispetto alle prassi, all'habitus del quotidiano e al fatto di poter non sentirsi giudicati:

- ... Anche la libertà, il senso di libertà?
- Sì.
- Eravamo molto molto liberi...
- Anch'io ho apprezzato questa idea di non dover essere giudicati alla fine di una cosa che fai perché, essendo un lavoro di gruppo, c'era un assunto di partenza tale per cui potevi permetterti di vedere qualsiasi cosa, dal minimo al massimo, cioè non c'era un vincolo valutativo... Secondo me, questo aspetto della creatività, più facilmente che non in altri contesti, della non valutazione... dal mio punto di vista è importante per noi per come viviamo adesso.

Il senso di libertà viene qui inteso, non nei termini di solitudine flâneristica, quanto di libertà dello sguardo, di possibilità di sottrarsi alla velocità e ai percorsi imposti dal vivere urbano. Nello stesso tempo, ciò rappresenta la possibilità di un'apertura agli altri che si profila come un privilegiato interstizio concesso alla contemporaneità proprio dalla pratica artistica.

L'esperienza dell'esplorazione urbana appare significativa perché consente ai partecipanti di "varcare una soglia" e modificare i propri parametri cognitivi:

- Ho trovato muri verticali, verde, e la mia ossessione, è il mio progetto d'immaginazione, il mio sogno nel cassetto... Guardare in alto e guardare in verticale...

Tale atteggiamento consente di passare da una logica della conoscenza a una dell'esperienza, di abbandonarsi alla dimensione corporea ed emotiva ("Per me l'atmosfera era sospesa, io ho vissuto un po' una sospensione..."; "Ti guida il corpo, in verità, ti guida la mente o il desiderio, insomma..."; "Fondamentale essere fuori, camminando, usando il nostro corpo").

La dimensione embodied dell'esperienza emerge sia in riferimento alla peculiarità del muoversi nello spazio urbano, sia direttamente correlata alle meta-riflessioni sullo sguardo assunto.

In particolare, due partecipanti sembrano descrivere, nel racconto dell'esperienza vissuta, la libertà tipica del flâneur, la condizione che consente di straniarsi rispetto al quotidiano e alle consuetudini dell'io:

- Io voglio dire una cosa, una cosa veloce sul corpo... Cioè mi sono accorta, adesso ripensandoci... che sicuramente ho attraversato la città e io abito nel centro storico e

quindi io lo faccio tutti i giorni, ma con un modo di camminare, con delle pose, con dei gesti che di solito non faccio e non mi è nulla interessato lo sguardo degli altri che di solito camminiamo, con la schiena dritta, insomma... Eleganti un po'... ma qui se dovevo raccogliere, fermare, andare a guardare dentro un cestino, ecc., l'ho fatto senza pensare che è domenica pomeriggio e qualcuno c'era e... Così perché eravamo presi dal nostro... Dal nostro lavoro, insomma...

- La città è sempre un mondo interessantissimo per avere questi sguardi... come avere dei punti di vista, delle telecamere e posizionarle diversamente... sono il nostro, le nostre emozioni, il nostro cervello, è bellissimo. Quel montaggio secondo me è molto interessante.

Emerge inoltre, legata al ritmo del camminare, la condizione della perlustrazione visiva:

- Che impronta dare a questa camminata anche su cosa focalizzarsi, se magari forzare l'attenzione su cose che normalmente non noto, oppure semplicemente lasciarmi andare in quello che mi attraversava.

In particolare, uno dei partecipanti si sofferma sul condizionamento dello sguardo dato dal movimento corporeo:

- Fondamentale essere fuori, camminando, usando nostro corpo. Al momento non so se l'ho percepito mi rendo conto adesso...

Come emerso anche dall'analisi quantitativa preliminare, sono il desiderio e la curiosità, le emozioni che hanno guidato principalmente i partecipanti:

- Quindi, questo secondo me è il desiderio, la motivazione che sono assolutamente poi i veicoli di percezioni diverse rispetto all'esperienza. Cioè il corpo forse segue di più il desiderio... Cioè non so come dire... Quasi vanno via di pari passo... Diresti di più che ti guida il corpo, in verità ti guida la mente, o il desiderio, insomma...
- L'emozione, secondo me, che mi ha pervaso di più è la curiosità, direi.

Scrive Breton:

L'esperienza della marcia in città sollecita il corpo nella sua interezza, è un continuo chiamare in causa i sensi e il senso. La città non è mai fuori dall'uomo, è in lui, impregna il suo sguardo, il suo udito e gli altri sensi; egli se ne appropria e agisce su di essa in base ai significati che le attribuisce. (Breton 2003: 68)

In effetti, il senso di connessione percepito durante l'esperienza sembra guidare i corpi a un orientamento di prossimità, ancor più significativo all'interno di un paesaggio urbano caratterizzato dal freddo e dalla nebbia:

- Quindi è quella connessione... era giusto per non perdere di vista il gruppo perché comunque sapevi che eri nel gruppo, no? Quindi io sapevo che potevo perdermi ma solo fino a un certo punto...

- Però ero sempre consapevole che volevo essere, che non mi potevo perdere che erano di là... che è una bella sensibilità sul senso di comunità, sul gruppo di essere parte, sì bello....

L'immersione nell'esperienza scopica di alcuni partecipanti sembra essere molto forte, alcuni di loro ricordano di essersi sentiti disturbati e contrariati nel momento in cui, da una via secondaria, si sono trovati in una piazza con un mercatino in cui si erano concentrate alcune persone:

- Sì, sono arrivata lì sapendo che portavo già me stessa e dovevo mettere me stessa all'interno di un'esperienza condivisa e... sì, per me è stata abbastanza immersiva e coinvolgente.
- Perché ti ha interrotto? Ti ha dato fastidio per la cosa in sé o perché in qualche modo perché eri concentrata?
- Perché volevo vedere la mia città, con la nebbia... Non lo so.

La ricerca flâneristica del trascurato, del residuo – di «ciò che solitamente non si nota, ciò di cui non ci si accorge, che non ha importanza: quello che succede quando non succede nulla» (Benjamin 1982: 10) necessita di un esercizio del corpo che va altro il semplice senso della vista:

- Mi viene da dire che l'interesse principale era osservare, insomma con tutti i sensi...
- Mentre lo usavi, anche l'udito, non solamente direi, ma probabilmente i due sensi più... Concentrare l'attenzione, la vista...

Con il movimento, l'individuo lascia traccia di sé nella città, disegnando itinerari che acquistano forme di nuovi significati (Palmieri 2015).

Come direbbe Breton, il territorio urbano «assume una nuova veste, smette i suoi panni più fisici per divenire la mappa delle nostre emozioni» (Breton 2003: 22), del nostro vissuto, della memoria:

- Sì, a me è capitato: ho focalizzato mentre ero con William... guardavamo un po' la parte architettonica di alcune case della via Roma, perché c'è qualche punto in cui si nota uno stacco stilistico notevole tra una casa molto vecchia, magari qualcosa che invece nasce negli anni Cinquanta, Sessanta... Ho buttato l'occhio e mi è venuto in mente qualcuno degli eventi legati alla mia famiglia li abbiamo passati al ristorante Canossa e quindi lì è stato proprio un attimo di flash, un ricordo di persone, anche, che non ci sono più, soprattutto legate ai nonni che non ci sono più, una cosa banalissima però si riaccende guardando semplicemente un'insegna.
- Io invece ho pensato alle vecchie vie, ho pensato che ci vorrebbero davvero molti più momenti per conoscere e anche entrare dentro alla storia, come se la città fosse un insieme di tante scatole che puoi percorrere, andare dentro, e, secondo me, se ne fanno troppo pochi di questi o perlomeno non si intercettano, non lo so, io sono una grande amante, devo dire, magari una deformazione mia personale, però mi piace molto conoscere come era prima la città, come quando... Sai che avevano fatto qua davanti? Non mi ricordo chi era lo storico che era venuto aveva parlato

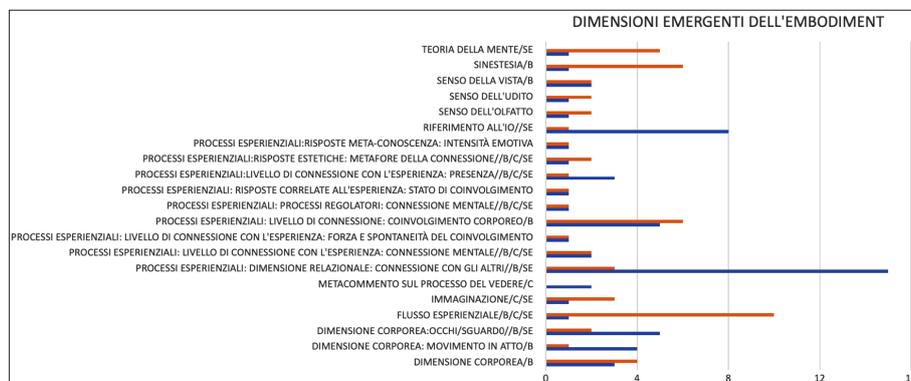


Figura 3. Rappresentazione della significatività delle dimensioni legate all'embodiment emerse dall'analisi (istogrammi blu: GR; istogrammi arancione: D)

addirittura di come era Reggio quando era ancora con le mura... Come, quindi, proprio la storia... Non quella di mia mamma, dei primi del Novecento, quella proprio antica e poi, secondo me, mi figuravo proprio dei percorsi di quel tipo perché ce ne è bisogno...

Dalle narrazioni, emergono aspetti dell'esperienza riconducibili alla cognizione e ai processi di memoria. Appare rilevante che la significazione dell'esperienza sia caricata di un alto livello valoriale anche attraverso la memoria

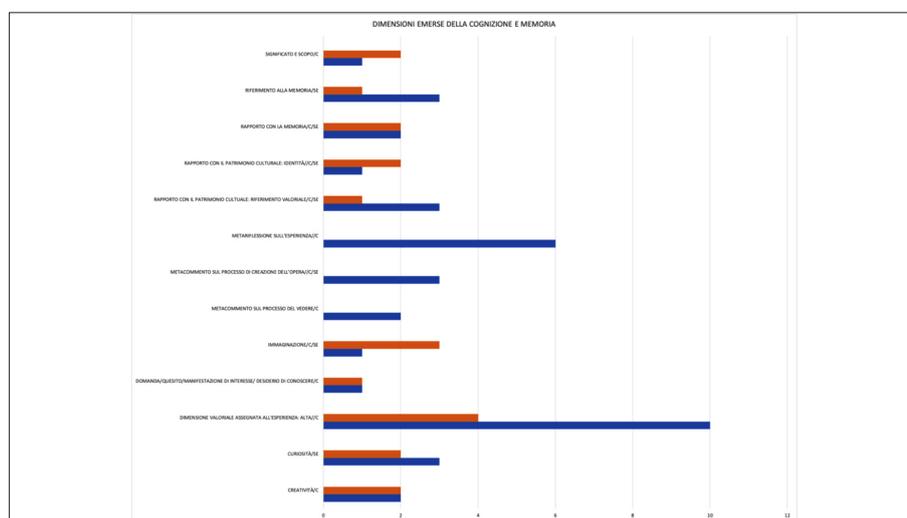


Figura 4. Rappresentazione della significatività delle dimensioni legate alla dimensione cognitiva e alla memoria emerse dall'analisi (istogrammi blu: GR; istogrammi arancione: D)

che scaturisce dai luoghi e che viene ricondotta sia alle esperienze personali, sia alla storia collettiva.

Dall'analisi emerge inoltre la rilevanza assunta dai processi socioemotivi attivati dall'esperienza. Secondo il modello dell'ecologia dello sviluppo umano

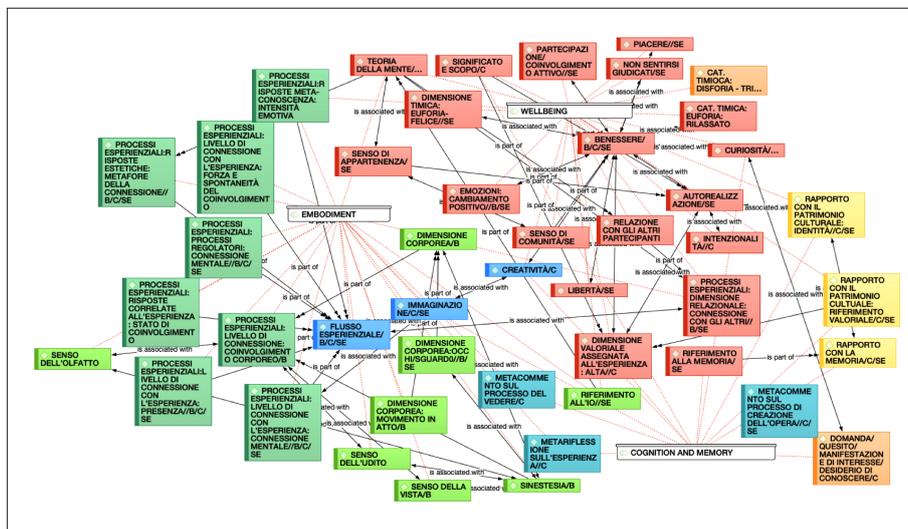


Figura 5. Network emerso dall'analisi semantica (processi esperienziali: verde scuro; Embodiment: verde chiaro; meta-processi dell'esperienza: azzurro; creatività e immaginazione: blu; wellbeing: rosso; Categorie disforiche: arancione; memoria, identità: giallo)

elaborato da Urye Bronfenbrenner (1974), questi processi sono costituiti dalle emozioni, relazioni e personalità. Come noto, questa teoria, già declinata alla ricerca multilivello sul wellbeing da E.C. W. Ng e A. T. Fischer (2013), ricerca le interconnessioni sistematiche nello sviluppo individuale e nel contesto sociale. L'idea alla base è che la caratteristica precipua dell'essere umano è l'intenzionalità, attraverso la quale egli persegue gli obiettivi e modifica l'ambiente di vita. Nello stesso tempo, l'ambiente determina il suo sviluppo, in rapporto alle configurazioni sociali, fisiche, politiche e culturali adottate. Il modello di Bronfenbrenner indica come alla base della crescita, dell'evoluzione e del benessere vi sia una complessa rete di strutture capaci di includere le specificità biologiche e psicologiche, l'ambiente, i gruppi, la cultura e la società, attraverso livelli che partono dal macro, per approdare al micro, alla sfera dell'individuo. Il paradigma inserisce alla base dei processi il vissuto esperienziale comprendente le aspettative, sentimenti, speranze, dubbi, convinzioni, credenze e percezioni.

Nel grafico (fig. 6) sono rappresentate le dimensioni emerse correlate ai processi biologici (B), come cambiamenti nella natura fisica dell'individuo; cognitivi (C), riferiti al pensiero e significato, dell'intelligenza e del linguaggio; socioemotivi (SE), riferibili alle relazioni con gli altri, alle emozioni e alla personalità.

Un altro modello utile nell'interpretazione è quello del *flow of consciousness* (Csíkszentmihályi 2014), inteso come strumento di regolazione dei livelli di stress (Holt 2017).

Facendo riferimento al modello di *flow of consciousness*, si possono rintracciare le *modalità regolatrici* introdotte dal partecipante per dominare l'intensità dell'esperienza o per potervi accedere:

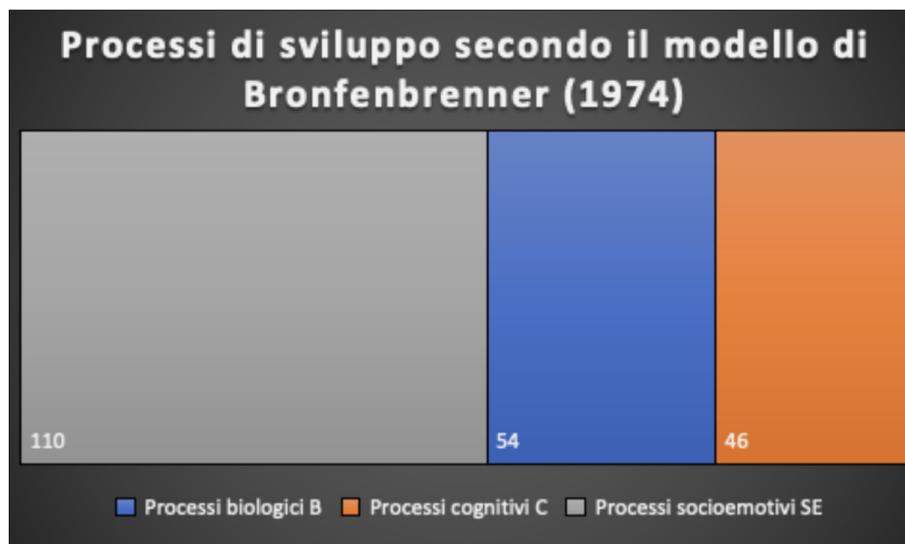


Figura 6: Nel grafico indica la rappresentatività delle categorie merse rapportate al modello dell'ecologia dello sviluppo di Bronfenbrenner (1974)

- Sono arrivata lì e mi sentivo già messa in gioco, sapevo che non sarebbe stata una lezione frontale dell' Elena su paesaggi urbani o residenze eccetera eccetera e quindi sì sono arrivata lì sapendo che portavo già me stessa e dovevo mettere me stessa all'interno di un'esperienza condivisa e... Sì, per me è stata abbastanza immersiva e coinvolgente.
- Allora, l'atmosfera, per come l'ho percepita io, soprattutto nella fase iniziale, percepivo molta concentrazione, quindi molte... persone attente, ecco... Sull'emozione, per me, eccitazione data dalla novità, novità sia del workshop sia in prospettiva dal risultato se ne verrà fuori poi tradotto da Elena...
- Sì... La stessa cosa anche per me, uno sforzo per concentrarsi su quello che dovevo fare in quel momento e che impronta dare a questa camminata... Anche su cosa focalizzarsi, se magari forzare l'attenzione su cose che normalmente non noto, oppure semplicemente lasciarmi andare in quello che mi attraversava la mente.

Il fattore che individua la *forza attribuita all'esperienza* si rintraccia in alcuni frammenti del discorso, quando i partecipanti descrivono come l'esperienza abbia agito a livello semantico, emotivo, corporeo:

- L'idea di poter essere, di poter aiutare un artista a produrre qualcosa di interessante, è una cosa bellissima proprio... indipendentemente dal freddo, io sono freddolosa, ho sentito queste cose, però questa è una cosa importantissima, è una fortuna enorme.
- Cioè è come se il disagio del freddo, che tutti quanti abbiamo avvertito, passasse, in qualche modo, venisse tenuto a bada dall'interesse dalla curiosità...
- Sì, per me era così, poi non so gli altri...
- Cioè mi sono accorta, adesso, ripensandoci [...] dovevo raccogliere, fermare, andare a guardare dentro un cestino [...] eravamo presi dal nostro... dal nostro lavoro, insomma...

Per valutare i *livelli di connessione con l'esperienza*, possiamo fare riferimento alla *forza e spontaneità del coinvolgimento*, ai *processi immersivi* (per es.: durante l'esperienza hai perso la cognizione del tempo e dello spazio?), al *coinvolgimento corporeo*, ovvero a ogni occorrenza di termini corporei espressi anche attraverso metafore, e all'*interruzione dell'esperienza*, quando i partecipanti riconoscevano alcuni elementi capaci di interrompere il flusso dell'esperienza:

- A un certo punto, non so se avete visto, all'inizio quando eravamo lì, attraversavamo via Garibaldi, ha incominciato a sollevarsi questa nebbia, non c'era nessuno, non era così scontato come... È vero che noi eravamo intenti nel nostro compito...
- Era il momento migliore! Onestamente, a me entrare in piazza e vedere i mercatini di Piazza san Prospero mi ha pure rotto le scatole, guarda te! Ma forse ha rotto anche a te, Giovanni... Era meglio vuota...
- Per me l'atmosfera era sospesa. Io ho vissuto un po' una sospensione, un po' per la città che era sospesa, un po' per come la vivevamo noi, per come la vivo io durante la settimana.

Altri indicatori sono costituiti dalle *metafore della connessione* usate dai partecipanti, ben evidenti in questo frammento di conversazione:

- Quanto è stato importante, secondo voi, in questa esperienza, il corpo? Perché eravamo concentrati sullo sguardo, no? quindi verrebbe da dire: lo sguardo in modo automatico, gli occhi... però ci muovevamo intanto, però cercavamo, toccavamo perché avevamo da raccogliere i nostri oggetti, la foglia, il sasso... Che ruolo ha avuto il corpo? Quanto lo avete percepito? O quanto lo percepite adesso pensando al suo ruolo?
- Credo che è stato fondamentale non essere dentro... no, no, fondamentale essere fuori, camminando, usando nostro corpo. Al momento non so se l'ho percepito mi rendo conto adesso...
- Adesso, ripensandoci...
- Io l'ho percepito poco, almeno...
- Mentre lo usavi, anche l'udito, non solamente direi, [...] l'attenzione, la vista...
- Qualcuno però prima ha detto anche l'olfatto...è vero?
- Sì, brava...
- Secondo me, stavo pensando: è curioso questo aspetto del freddo, no?... dicevamo... perché io l'ho percepito il freddo. Anche a me dava fastidio però. [...] Quindi, questo secondo me è il desiderio, la motivazione sono assolutamente i veicoli di percezioni diverse rispetto all'esperienza. Cioè il corpo forse segue di più il desiderio... cioè non so come dire.... Quasi vanno via di pari passo... diresti di più che ti guida il corpo, in verità ti guida la mente, o il desiderio, insomma...

Per quanto riguarda la *dimensione relazionale*, si valuta il livello di connessione facendo riferimento ai termini e rimandi alla dimensione collettiva, ad esempio, ai dialoghi intercorsi.

- Questo aver preso parte, secondo me, è dentro di noi, indipendentemente dal fatto che ci rivedremo, e faremo delle cose... Quindi...
- È un legame...
- ... È un legame!
- La dimensione relazionale, quindi, è ancora più forte rispetto a quella corporea, il senso di connessione con gli altri, malgrado si potesse vivere, no Elena? Anche come un'esperienza solitaria...
- Sì, uno poteva anche stare da solo...
- Uno poteva fare la sua camminata e quasi fare qualche cosa di introspettivo, di meditativo, interiore, sentendosi isolato rispetto agli altri che stavano facendo lo stesso percorso. [...] Eppure, che tutti quanti abbiamo vissuto il senso di connessione, questo è molto bello, credo voglia dire che poi l'esperienza è veramente riuscita al massimo grado. No? perché poi alla fine la relazione, l'empatia penso che siano i punti, i vertici massimi a cui tende a qualsiasi forma di ricerca umana, sono le cose più difficili da ottenere da fare... La relazione...
- Ma lei ha usato anche una strategia: perché non dicendoci che strade avrebbe fatto... Io, in un certo punto, mi sono girata e ho detto "oh, dio! Dove sono andata?" Quindi il non sapere quali strade ti portava a tenere la distanza sufficiente per non perderti, capito? Quindi è quella connessione... [...] Per non perdere di vista il gruppo perché comunque sapevi che eri nel gruppo, no? Quindi io sapevo che potevo perdermi ma solo fino a un certo punto...
- ... Hai ragione, noi sapevamo dove andavamo, qualcuno di noi sapeva...
- Io non sapevo...

La *connessione al Sé* indica la percezione della propria identità in rapporto all'esperienza. Il partecipante usa termini che segnalano processi di auto-definizione del sé con riferimenti alla memoria, ai gusti, alla vita quotidiana:

- Cioè mi sono accorta, adesso ripensandoci che sicuramente ho attraversato la città e io abito nel centro storico e quindi io lo faccio tutti i giorni, ma con un modo di camminare, con delle pose, con dei gesti che di solito non faccio e non mi è nulla interessato lo sguardo degli altri che di solito camminiamo, con la schiena dritta, insomma...

Le *risposte correlate all'esperienza* sono rilevabili in particolare usando i riferimenti che indicano lo stato di coinvolgimento e la curiosità:

- L'emozione, secondo me, che mi ha pervaso di più è la curiosità.
- No, volevo dire io che dal punto di vista emozionale, insomma, mi ha fatto sentire a mio agio, no? Percorrendo e guardando cose che magari non riuscivo a vedere in altre occasioni perché passo in bici o perché passo e non guardo. E, invece, come si diceva prima, anche guardare in alto e guardare in verticale riesce... e questo è molto bello, a farti sentire a tuo agio in questa zona perché poi è lì dove si vive, insomma, e quindi anche che un aspetto di rilassamento, insomma, e anche l'altro aspetto che è quello del senso di interessi comuni, insomma il senso di comunità che si è creato che dà l'idea che volendo si possono fare le cose insieme... Mettersi

insieme a vedere anche cose banali, insomma, ma da queste poi magari nascono anche cose più importanti, non so che riguardano l'ambiente che riguardano il quotidiano e che secondo me è molto bello condividere. Quindi un tempo molto libero, molto, dove ognuno di noi, appunto, proprio perché siamo in gruppo, forse porta un piccolo pezzo, ma che poi uniti insieme, ovviamente da Elena, ovviamente dalla sua professionalità porterà qualcosa d'altro, sono anche curiosa di vedere, nel senso che mi lascia anche il desiderio, no...? Di andare via con il desiderio e di qualcosa che mi stupirà sicuramente perché è un po', il frutto di questa anche di questo percorso e della sua tensione... No?

Altro riferimento è il *senso di benessere* riferito a prima, durante o a seguito dell'esperienza:

- E questo è molto bello, farti sentire a tuo agio in questa zona perché poi è lì dove si vive, insomma, e quindi anche che un aspetto di rilassamento.
- Questo è stato anche un grande rilassamento.

Le *risposte legate all'istanza autoriale* consentono di mettere in rilievo la presenza di riferimenti alle intenzioni, agli obiettivi, ai desideri dell'autore e la risonanza tra partecipante e autore:

- Diventare co-creatori rispetto a quello che è un processo che poi produrrà grazie a Elena, l'artista, un'opera d'arte però è un processo no? E il diventare, in qualche modo, protagonisti, parte di questo... Di questo flusso creativo....
- Io sono uno strumento, eh... Come strumento, cioè a me piacerebbe che lei ci abbia proprio usato...

Le *risposte correlate all'Io* si basano in particolare sulla memoria biografica, quando il partecipante richiama memorie personali o esprime la sua comprensione dell'esperienza attraverso dei ricordi personali.

- Ho buttato l'occhio e mi è venuto in mente che qualcuno degli eventi legati alla mia famiglia li abbiamo passati al ristorante Canossa e quindi lì è stato proprio un attimo di flash, un ricordo di persone anche che non ci sono più, soprattutto legate ai nonni che non ci sono più, ma cosa banalissima però che riaccende ricordi guardando semplicemente un'insegna.
- Mi ricordo proprio qui che venivo a fare c'era il ristorante macrobiotico...
- È vero, qui davanti...
- È recente...
- E vabbè, era un po' di anni che c'era... E questo per me è stato un punto di riferimento, anche tuttora insomma, nel senso che è un tipo di alimentazione che di tutto interesse e mi piaceva quel posto...

Facendo riferimento alle *risposte correlate alla meta-esperienza*, appare significativa l'intensità emotiva, attraverso la quale il partecipante esprime con dettaglio l'intensità dell'esperienza, gli aspetti emotivi e sensoriali coinvolti:

- Mi è piaciuto molto, ma io credo che queste cose accadano nel momento in cui c'è qualcosa che le fa accadere, in questo caso è l'artista, la proposta culturale e che comunque ci aggrega intorno a qualcosa anche se non ci conosciamo [...] io ho apprezzato molto il fatto che ci sia stato chiesto di fare, ma prima ancora di fare, di darci il tempo per osservare perché siamo un po' troppo nella dinamica del fare continuamente no? Anch'io ho apprezzato questa idea di non dover essere giudicati alla fine (...) perché essendo un lavoro di gruppo, c'era un assunto di partenza tale per cui potevi permetterti di vedere qualsiasi cosa, dal minimo al massimo, cioè non c'era un vincolo valutativo.

2.6. Discussione e prospettive future: la cultura cura?

La riappropriazione degli spazi urbani può richiedere un passaggio da una prospettiva verticale e satellitare a una ravvicinata, straniata, ad altezza uomo. Ciò implica il far saltare alcune griglie ermeneutiche che usualmente vengono utilizzate nell'esplorazione dello spazio. La visione dall'interno produce una riappropriazione locativa in cui esperienze, simboli, significati co-partecipano a un processo di ri-significazione, individuale e collettiva. Ciò implica una presa in carico dello spazio, dell'esperienza, dell'intervento artistico come bene condiviso.

Sappiamo che la partecipazione culturale diretta legata alla gestione di comunità dei *commons* è in grado di rendere vitale e sana una comunità (Ostro 1990). Al contrario, la perdita o mancanza di beni comuni può essere alla base di patologie mentali e stati di stress (Inghilleri 2021). Ancora, i beni comuni sono in grado di attivare processi di base quali l'emergere del senso di appartenenza, la condivisione, l'attaccamento e il *flow of consciousness*, generando quella che è stata definita *cittadinanza psicologica* (Inghilleri, Riva, Riva 2014; Riva, Freire, Bassi 2016).

L'analisi dell'esperienza di *flânerie* urbana dell'artista Elena Mazzi ha consentito di osservare come le categorie emergenti nelle narrazioni dei partecipanti siano collegabili all'esperienza del *flow of consciousness* (Csikszentmihalyi 2014; Nakamura, Csikszentmihalyi 2002), un dispositivo evolutivo capace di esercitare come fattore protettivo, a fronte di situazioni di stress. Il flusso è caratterizzato da un senso di autodeterminazione e di libertà di scelta, da un trasporto (o immersione) nell'esperienza, da risposte empatiche. Recenti studi evidenziano come questo stato produca un rilascio di dopamina, in relazione a un'attivazione della struttura proencefalica del *putamen*, un coinvolgimento del circuito dell'empatia, in particolare il giro frontale inferiore sinistro; una riduzione dell'attività legate all'elaborazione auto-referenziale, nella corteccia prefrontale, e l'attivazione di processi della memoria. Tutto questo, accompagnato a una diminuzione dell'attività dell'amigdala, indurrebbe una significativa riduzione dello stress (Ulrich et al. 2014; Riva, Freire, Bassi 2016).

Il flusso costituisce pertanto una "esperienza ottimale" (Csikszentmihalyi 1990) che produce omeostasi strettamente connessa alla dimensione collettiva o sociale (*networking flow*) (Duncan 2018). Ciò riconduce, ancora una

volta, alla multidimensionalità di ogni fattore che concorre al wellbeing, alla salute e alla cura.

Concludiamo con un rimando all'ambito di studi delle *Geographies of Health* che prende in esame gli effetti terapeutici dei luoghi (Milligan et al. 2015; Williams 2007). Lo studio delle interazioni complesse tra gli aspetti fisici, mentali, emotivi, spirituali e ambientali conduce alla costruzione del senso del luogo, dell'appartenenza e alla percezione del benessere delle persone che vivono gli spazi. La disciplina s'intreccia pertanto, in modo molto interessante, alle ricerche sull'impatto delle forme della partecipazione culturale e sociale (Rochester 2013). Anche da questa prospettiva emerge come le esperienze culturali, in particolare quelle caratterizzate da uno sviluppo "dal basso", come nel caso della sperimentazione oggetto dell'analisi, esercitano nella costituzione e nel rafforzamento delle reti sociali, con evidenti vantaggi in termini di inclusione sociale, reciprocità, sviluppo delle capacità interpersonali dei partecipanti (Gleson 2004). In queste pratiche, generalmente, i gruppi di cittadini attivano spazi distinti dai luoghi tradizionali della cultura, quali strade, giardini, orti comuni, abitazioni private, creando così spazi terzi, luoghi ibridi di connettività, inter-relazionali e interstiziali. La ricerca intende quindi proseguire in questa direzione, attraverso l'esplorazione delle modalità dell'appropriazione e ri-significazione degli spazi terzi, focalizzandosi in particolare sul rapporto privato-pubblico e sui meccanismi d'impatto, in termine di *wellbeing* e salute degli individui e delle comunità.

Bibliografia

- Adams, Eileen
2001 *Educated about Public Art*, London, Commissions East.
- Anderson, Harlene; Goolishian, Harold A.; Winderman, Lee
1986 «Problem determined systems: Toward transformation in family therapy», *Journal of Strategic and Systemic Therapy*, 5,9 - 14.
- Benjamin, Walter
1983 *Das Passagen-Werk*, Frankfurt am Main, Suhrkamp; tr. it. *I "Passages" di Parigi*, Torino, Einaudi, 2010.
- Bon, François
2000 *Paysage fer*, Paris, Edition Verdier.
- Bowen, Glenn A.
2009 «Document analysis as a Qualitative Research». *Qualitative Research Journal*, 9(2): 27-90.
- Csikszentmihályi, Mihály
1990 *Flow. The Psychology of Optimal Experience*, New York, Harper and Row.
- de Certeau, Michel
1990 *L'invention du quotidien*, Paris, Gallimard.

- Duncan, Jana; West, Richard E.
2018 «Conceptualizing group flow: A Framework», *Educational Research and Reviews*, 13, 1, 1-11.
- Farinelli, Franco
2009 *La crisi della ragione cartografica*, Torino, Einaudi.
- Fancourt, Daisy; Finn, Saoirse
2019 Health Evidence Network Synthesis Report 67-2019. Cultural Contexts of Health: The role of the arts in improving health and well-being in the WHO European Region», *World Health Organisation*, Copenhagen, 2019.
- Gilloch, Graeme
2008 *Walter Benjamin*, Bologna, il Mulino, 2008.
- Glaser, Barney; Strauss, Anselm
1967 *Discovery of Grounded Theory*, New Brunswrck (USA) and London, Aldine Transaction Publishers; trad. it. *La scoperta della Grounded Theory. Strategie per la ricerca qualitativa*, Roma, Armando Editore, 2009.
- Hall, Tim
2004 «Opening up Public Art's Spaces: Art, Regeneration and Audience'», in Miles, Malcom; Hall, Tim; Borden, Iain (a cura di) *The City Cultures Reader*, London, Routledge.
- Hall, Tim; Robertson, Iain
2001 «Public Art and Urban Regeneration: Advocacy, Claims and Critical Debates», *Landscape Research*, 26, 1, 5-26.
- Inghilleri, Paolo
2021 *I luoghi che curano*, Milano, Raffaello Cortina Editore.
- Inghilleri, Paolo; Riva, Giuseppe, Riva, Eleonora (a cura di)
2014 *Enabling Positive Change. Flow and Complexity in Daily Experience.*, Berlin, De Gruyter.
- Kestel, Dévora
2019 «Prospettive dell'OMS per il futuro della salute mentale globale. Atti del convegno», *Dipartimento di Salute Mentale (DSM). Centro Collaboratore dell'Organizzazione Mondiale della sanità*, Trieste, 14 febbraio 2019.
- Kitkuse, John; Spector, Malcolm
2001 *Constructing Social Problems*, New York, Routledge; trad. it. *Sociologia dei problemi sociali*, Milano, Mimesis, 2017.
- Lacy, Suzanne
1996 *Mapping the Terrain: New Genre Public Art*, Seattle, Bay Press.
- Lefebvre, Henry
1968 *Il diritto alla città*. Trad. it. [2014], Verona, Edizione Ombre Corte.
- Maturana, Humberto R.; Varela, Francisco J.
1980 *Autopoiesis and Cognition. The realization of the living*, Dordrecht, D. Reidel Publishing; trad. it. *Autopoiesi e cognizione. La realizzazione del vivente*, Venezia, Marsilio, 1985.

- Merton, Robert; Nisbet, Robert
1972 *Contemporary Social Problems*, New York, Harcourt, Brace, Jovanovich.
- Milligan, Christine *et al.*
2015 «Place and wellbeing: shedding light on activity interventions for older men», *Ageing Soc*, 35, 1, 124-149.
- Muhr, Thomas
1997 *ATLAS.ti: Visual qualitative data analysis, User's Manual and Reference. Version 4.1*, Berlin, Scientific Software Development.
- Nakamura, Jeanne; Csikszentmihalyi, Mihaly
2002 «Place The Concept of Flow», in Lopez, Shana; Snyder, Rick (a cura di), *The Oxford Handbook of Positive Psychology*, Oxford, Oxford University Press, 89-105.
- McNamee, Sheila; Gergen, Kenneth (a cura di)
1992 *Therapy as social construction*, Thousand Oaks, Sage Publications Inc.
- Nuvolati, Gianpaolo
2012 *L'interpretazione dei luoghi. Flânerie come esperienza di vita*, Firenze, Firenze University Press.
- Ostrom, Elinor
1990 *Governing the Commons*, Cambridge (UK), Cambridge University Press.
- Palmieri, Nunzia
2015 *Visioni in dissolvenza: Immagini e narrazioni delle nuove città*, Milano, QuodLibet.
- Pavan-Woolfe, Luisella; Pinton, Simona
2019 *Il valore del patrimonio culturale per la società e le comunità. La Convenzione del Consiglio d'Europa tra teoria e prassi*, Padova, Linea Edizioni.
- Perec, Georges
1974 *Espèces d'espaces*, Paris, Galilée; trad. it. *Specie di spazi*, Torino, Bollati Boringhieri, 1989.
- Power, Andrew; Smith, Karen
2016 «Heritage, Health and Place: The Legacies of Local Community-based Heritage Conservation on Social Wellbeing», *Health & Place*, 39, 160-167.
- Riva, Eleonora; Freire, Teresa; Bassi, Marta
2016 «The Flow Experience in Clinical settings: Applications in Psychotherapy and Mental Health Rehabilitation», in L. Harmat *et al.* (a cura di), *Flow Experience. Empirical Research and Applications*, New York, Springer.
- Rochester, Colin
2013 *Rediscovering Voluntary Action: The Beat of a Different Drum*, New York, Palgrave Macmillan.
- Sinclair, Iain
2003 *London Orbital*, London, Penguin; trad. it. *A piedi attorno alla metropoli*, Milano, Il Saggiatore, 2008.

The Government Office for Science
2008 *Foresight Mental Capital Wellbeing Project: Final Project Report*, London,
The Government Office.

Ulrich, Martin *et al.*
2014 «Neural Correlates of Optimal Experiences», *NeuroImage*, 86, 194-202.

Varela, Francisco
1979 «*The extended calculus of indications interpreted as a three-valued logic*»,
Notre Dame J. Formal Logic, 20, 141-146.

Von Foerster, Heinz
1987 *Sistemi che osservano*, Roma, Astrolabio.

Watzlawick, Paul (a cura di)
1984 *The invented reality: how do we know what we Believe we know?*,
WW Norton & Company; trad. it., *La realtà inventata. Contributi al
costruttivismo*, Milano, Feltrinelli, 2010.

Williams, Allison
2007 *Therapeutic Landscapes*, Aldershot, Ashgate.

Sitografia

Cicerchia, Annalisa; Rossi Ghiglione, Alessandra; Seia, Catterina
2021 *Welfare culturale*. Atlante, Treccani.
<<https://www.treccani.it/magazine/atlane/cultura/Welfare.html>>; online il
30/08/2023.

Constitution of WHO 1946
<<https://www.who.int/about/governance/constitution>>; online il
30/08/2023.

Civil Society Platform on Access to Culture. Policy Guidelines
<<https://educult.at/en/forschungsprojekte/access-to-culture/>>; online il
30/08/2023.

Fancourt, Daisy; Warron, Katey; Aughterson, Henry
*Evidence Summary for Policy. The role of arts in improving health and
wellbeing*, 2020.
<[https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/
uploads/attachment_data/file/929773/DCMS_report_April_2020_
finalx__1_.pdf](https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/929773/DCMS_report_April_2020_finalx__1_.pdf)>. <[https://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_
file/0005/419081/WHO_Arts_A5.pdf](https://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0005/419081/WHO_Arts_A5.pdf)>; online il 30/08/2023.
Heritage, Health and Wellbeing. A Heritage Alliance Report, 2021.
<[https://www.ahsw.org.uk/research/press-release-for-the-heritage-alliances-
new-report/](https://www.ahsw.org.uk/research/press-release-for-the-heritage-alliances-new-report/)>; online il 30/08/2023.
Warwick-Edinburgh Wellbeing Scale (WEMWBS)
<<https://warwick.ac.uk/fac/sci/med/research/platform/wemwbs/>>; online il
30/08/2023.

Sara Uboldi, Phd in Scienze Umanistiche, Assegnista di Ricerca presso l'Istituto di Scienze del Patrimonio Culturale del Consiglio Nazionale delle Ricerche (ISPC-CNR). La sua ricerca si occupa degli impatti sociali della cultura, con un focus sull'analisi

computazionale delle emozioni e delle dimensioni del benessere e della salute attraverso un approccio multidisciplinare e qualitativo. Tra le sue pubblicazioni: Uboldi S., Marasco A., «Toolkit RADAR per la misurazione degli impatti sociali delle esperienze culturali e creative. V.1», *Zenodo*, 2023 (doi.org/10.5281/zenodo.8277197); Aslant F., Cacovean C., Passaretti A., Portaluri T., Sacco P.L., Uboldi S., Zbranca R., «Art consumption and wellbeing during the Covid 19 pandemic», *Research Report*, 2020. (<https://art-wellbeing.eu/research-covid-19-pandemic/>); Sacco P.L., Pedrini S., Tartari M., Tavano Blessi G., Uboldi S., *Co-creare. Impatti dei progetti di co-creazione e partecipazione attiva di Matera Capitale della cultura 2019, 2020* (<<https://www.matera-basilicata2019.it/en/report-2019/studi-valutativi-su-matera-2019/co-creating-matera.html>>); Uboldi S., *Neurobiologia della finzione. Dal Paleolitico al Globale*, Lungavilla, Edizioni Altravista, 2019.