

ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ ΚΑΛΩΝ ΤΕΧΝΩΝ  
ΣΧΟΛΗ ΚΑΛΩΝ ΤΕΧΝΩΝ  
ΤΜΗΜΑ ΕΙΚΑΣΤΙΚΩΝ ΤΕΧΝΩΝ



ATHENS SCHOOL OF FINE ARTS  
SCHOOL OF FINE ARTS  
DEPARTMENT OF FINE ARTS

**ΤΟΜΕΑΣ ΓΛΥΠΤΙΚΗΣ/ SCULPTING DIVISION**

Γ' Εργαστήριο / Sculpting Studio 3

**Δ/ΝΤΗΣ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟΥ/STUDIO DIRECTOR**

Γιάννης Μελανίτης/Yiannis Melanitis

**Πτυχιακή Εργασία**

Graduate (Batchelor) Thesis

**Για τους ευαίσθητους**

For the sensitives

**Μυρτώ Καπνιστή/Myrto kapnisti**

A.M. / R.N. : 2020-4463

**Επιβλέπων Καθηγητής/Supervisor Professor**

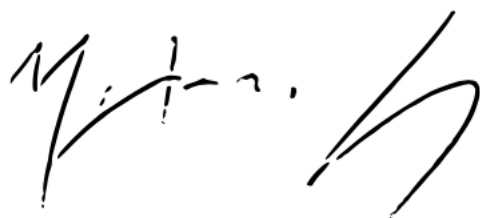
Γιάννης Μελανίτης/ Yiannis Melanitis

**Αθήνα, Ιούλιος 2026**

Athens, July 2026

**Επιβλέπων Καθηγητής/ Επιβλέπουσα Καθηγήτρια**

Γιάννης Μελανίτης

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Giannis Melanitis' in a stylized, cursive script.

## ΔΗΛΩΣΗ ΣΥΓΓΡΑΦΕΑ

«Δηλώνω ότι είμαι ο/η αποκλειστικός/η δημιουργός της πρωτότυπης εργασίας, νόμιμος/η κάτοχος των πνευματικών δικαιωμάτων της και ότι έχω το δικαίωμα, να παραχωρήσω τα δικαιώματα που αναφέρονται στην παρούσα άδεια.

Βεβαιώνω, ότι το σύνολο του τεκμηρίου που καταθέτω αποτελεί γνήσιο έργο παραχθέν από εμένα και δεν παραβιάζει τα δικαιώματα άλλου δημιουργού με οποιονδήποτε τρόπο.

Το τεκμήριο/α που καταθέτω είναι το τελικό εγκεκριμένο έργο από την εξεταστική επιτροπή, δεν προκύπτει από λογοκλοπή ή νοθευμένη έρευνα, δεν προσβάλλει πνευματικά δικαιώματα άλλων δημιουργών και δεν παραβιάζει προσωπικά δεδομένα.

Ως κάτοχος των πνευματικών δικαιωμάτων της εργασίας αυτής, παραχωρώ στην Ανώτατη Σχολή Καλών Τεχνών το μη-αποκλειστικό δικαίωμα δημοσίευσης και διάθεσης της ψηφιακής μορφής της εργασίας μου, εντός και εκτός του δικτύου, μέσω του Ιδρυματικού Αποθετηρίου «Art-IA», με την προϋπόθεση ότι διατίθεται με μία από τις άδειες που έχω επιλέξει κατά την αυτό-απόθεση. Η εν λόγω παραχώρηση δεν συγκρούεται με δικαιώματα πνευματικής ιδιοκτησίας τρίτων ή με παραχωρηθέντα ήδη από εμένα σε τρίτους σχετικά δικαιώματά μου. Η βιβλιοθήκη δεν ασκεί κανενός είδους επιμέλεια στο περιεχόμενο της εργασίας μου και αναλαμβάνω πλήρως την ευθύνη του περιεχομένου της.

Η έγκριση της παρούσας εργασίας δεν υποδηλώνει απαραίτητως την αποδοχή των απόψεων του/της συγγραφέα/ως από την Ανώτατη Σχολή Καλών Τεχνών.

## Ευχαριστίες - Αφιερώσεις

Στην οικογένειά μου, σας ευχαριστώ από καρδιάς για την αμέριστη στήριξη, την αγάπη και την κατανόηση κατά τη διάρκεια της πτυχιακής μου. Κάθε σας λόγος, κάθε σας πράξη και κάθε στιγμή που ήσασταν εκεί για εμένα ήταν μια πηγή δύναμης. Στη μητέρα μου, ευχαριστώ για την αγκαλιά σου, τις συμβουλές σου και την υπομονή σου. Ήσουν πάντα εκεί να με ακούσεις, να με παρηγορήσεις και να με ενθαρρύνεις, ακόμα και στις πιο δύσκολες στιγμές. Στον πατέρα μου, ευχαριστώ για την στήριξη, τις ιδέες σου και την δύναμη που μου μετέφερες. Οι συζητήσεις μας και η παρουσία σου ήταν πάντα μια ασφαλής βάση στην οποία μπορούσα να βασιστώ. Στον αδερφό μου, ευχαριστώ για την παρέα, τα γέλια και την στήριξη. Ήσουν πάντα εκεί να μοιραστείς μαζί μου τις ανησυχίες και τις χαρές αυτής της διαδικασίας. Στην αγαπημένη μου φίλη, Φωτεινή, Ευχαριστώ για την παρέα σου, τις ιδέες σου και την ενέργεια που μου μετέδωσες, έκανες αυτή την διαδικασία πιο ελαφριά και πιο όμορφη. Στον σύντροφό μου, Ευχαριστώ για την αγάπη, την υπομονή και την αμέριστη στήριξη σε κάθε βήμα. Που με βοήθησες να ξεπεράσω όποια δυσκολία βρισκόταν μπροστά μου. Ευχαριστώ που ήσουν εκεί να με ηρεμήσεις όταν χρειαζόμουν και να με ενθαρρύνεις όταν ήμουν αμφίβολη.

Κύριε Μελανίτη, Θα ήθελα να σας ευχαριστήσω θερμά για την καθοδήγηση, τις γνώσεις και την υπομονή που μου επεδείξατε κατά τη διάρκεια αυτής της διαδικασίας. Οι συμβουλές σας ήταν ανεκτίμητες, και η εμπειρία σας αποτέλεσε φάρο καθοδήγησης για την ολοκλήρωση αυτής της εργασίας. Σας είμαι βαθύτατα ευγνώμων για τον χρόνο και την προσοχή σας. Αυτή η πτυχιακή είναι δική σας επίσης, γιατί χωρίς εσάς δεν θα μπορούσα να φτάσω ως εδώ. Σας είμαι βαθιά ευγνώμων/η και ελπίζω να είμαι πάντα αντάξιος της εμπιστοσύνης που μου δείξατε.

Θα ήθελα επίσης να ευχηθώ καλή επιτυχία στους πολύ αγαπημένους μου συμφοιτητές οι οποίοι τώρα είναι και επισήμως συνάδελφοι μου καλή σταδιοδρομία και καλή τύχη!

Με αγάπη και ευγνωμοσύνη.

02/07/2026

Μυρτώ Καπνιστή

## Κεντρική ιδέα/Θέμα του έργου

### Για τους ευαίσθητους

*Το δωμάτιο μου κατοικείται από επτά όντα.*

### For the sensitives

*My room is inhabited by seven beings.*

Μου αρέσει να συμβολίζω την ανθρώπινη ψυχή με ένα παιδικό δωμάτιο, γιατί όλα από εκεί ξεκινάνε, όταν ήμασταν παιδιά ήμασταν ανέγγιχτοι, γεμάτοι φαντασία, με έντονα συναισθήματα, περιέργεια και δημιουργικότητα πριν ο αυθεντικός αυτός εαυτός παραμορφωθεί από τα ερεθίσματα του έξω κόσμου. Μέσα σε αυτό το δωμάτιο υπάρχουν γλυπτά που αντιπροσωπεύουν οντότητες οι οποίες χωρίζονται σε δύο κατηγορίες: εκείνες που αντιστοιχούν σε θετικές εμπειρίες, όμορφες στιγμές με τους αγαπημένους, θετικά σχόλια και άλλα καλά και εκείνες που αντιστοιχούν σε αρνητικές εμπειρίες, παιδικά τραύματα, κοινωνικές δοκιμασίες, λογοκρισία από το οικογενειακό περιβάλλον και μύρια άλλα.

Η ψυχή μας και ο τρόπος σκέψης μας εξαρτάται από το τι επιτρέπουμε να εισέλθει σε αυτό το δωμάτιο και πώς επιτρέπουμε να επηρεάσει το χώρο μας.

Με αυτήν την εγκατάσταση θέλω να απεικονίσω τη μάχη που αντιμετωπίζουν κάποιοι άνθρωποι καθημερινά μέσα τους, όχι μια μάχη απέναντι σε φυσικούς κινδύνους αλλά μεταξύ των φόβων και του εγώ τους. Φόβοι που δημιουργήθηκαν από παλιούς κινδύνους που τους απειλούσαν και ακόμη και τώρα που οι κίνδυνοι αυτοί έχουν πάψει να υπάρχουν, καθοδηγούνται από ασυνείδητες αναμνήσεις και απωθημένα συναισθήματα και ανάγκες, τα οποία όσο παραμένουν ασυνείδητα και αξεδιάλυτα, καθορίζουν κάθε τι που κάνουν ή δεν κάνουν.

Αυτό αποτελεί κατά μια έννοια ένα έγκλημα απέναντι στον ίδιο τους τον εαυτό, καθώς οδηγείται σε αποφάσεις που δεν είναι καλές για τους ίδιους αλλά υπηρετούν τον σκοπό εκείνων που του μετέδωσαν αυτούς τους φόβους.

Τα γλυπτά μου ισχυρίζονται ότι η ευαισθησία δεν αποτελεί αδυναμία, αλλά μια μορφή εγρήγορσης απέναντι στις εμπειρίες του πόνου, της αδικίας και του αποκλεισμού που αποκρύπτονται από τις κυρίαρχες αφηγήσεις περί ευτυχίας. Το να παραμένει κανείς ευαίσθητος σημαίνει να διατηρεί την ικανότητα να ακούει τις φωνές όσων δεν χωρούν στα κυρίαρχα πρότυπα ευτυχίας και να αναγνωρίζει ότι η πραγματικότητα δεν είναι ίδια για όλους. Η αγάπη δεν είναι απλώς ένα συναίσθημα αλλά μια ηθική και πολιτική πρακτική που βασίζεται στη φροντίδα, τη δέσμευση, τον σεβασμό, την ευθύνη και τη γνώση και μπορεί να αποτελέσει δύναμη αντίστασης και κοινωνικού μετασχηματισμού.

**Το δωμάτιο μου κατοικείται από επτά όντα.** Για τη δημιουργία τους χρησιμοποιήθηκαν ποικίλες τεχνικές και μεικτά υλικά. Όμως η μεγαλύτερή μου ανάγκη ήταν να μπορέσω για την κατασκευή τους να ανακυκλώσω χρησιμοποιημένα υλικά. Μετά από έρευνα και με τη βοήθεια πολλών ανθρώπων δημιούργησα μία μέθοδο κατά την οποία έλιωσα πλαστικά μπουκάλια PET που μετέτρεψα σε νήμα. Το χοντρό αυτό νήμα τροφοδότησε έναν 3D εκτυπωτή, ο οποίος τύπωσε τα σχεδιασμένα από εμένα μοντέλα, τα οποία στη συνέχεια, αφού ενώθηκαν, πήραν την ολοκληρωμένη τους μορφή. Μέσα στα δύο χρόνια κατάφερα να συγκεντρώσω τριακόσια μπουκάλια, δηλαδή 4,5 κιλά ανακυκλωμένου πλαστικού, παλιά ρούχα, χρώματα οικοδομής, χρησιμοποιημένα χαρτόνια μα κυρίως κατάφερα να συλλέξω ανακυκλωμένα αλληλεγγύη.

**Λέξεις Κλειδιά:** Παιδικότητα, ευαισθησία, τραύματα, αυτοπροστασία, ψυχολογία

## Description of the project

I like to think of the human soul as a child's room, because that's where it all begins; when we were children, we were untainted, full of imagination, intense emotions, curiosity, and creativity—before that authentic self was distorted by the stimuli of the outside world. Inside this room are sculptures representing entities that fall into two categories: those that correspond to positive experiences—beautiful moments with loved ones, positive feedback, and other good things—and those that correspond to negative experiences—childhood traumas, social trials, censorship from the family environment, and countless others.

Our soul and our way of thinking depend on what we allow to enter this room and how we allow it to influence our space.

With this installation, I want to depict the battle that some people face within themselves every day—not a battle against physical dangers, but one between their fears and their sense of self. Fears born of past dangers that once threatened them—and even now that those dangers no longer exist—are driven by unconscious memories and repressed emotions and needs, which, as long as they remain unconscious and unresolved, determine everything they do or do not do.

And this constitutes a crime against themselves, as it leads to decisions that are not good for them but serve the purposes of those who instilled these fears in them.

My sculptures assert that sensitivity is not a weakness, but a form of vigilance in the face of experiences of pain, injustice, and exclusion that are concealed by the dominant narratives of happiness. To remain sensitive means to retain the ability to hear the voices of those who do not fit into the dominant models of happiness and to recognize that reality is not the same for everyone. Love is not merely an emotion but an ethical and political practice grounded in care, commitment, respect, responsibility, and knowledge, and it can serve as a force for resistance and social transformation.

My room is inhabited by seven beings. A variety of techniques and mixed media were used to create them. However, my greatest priority was to be able to recycle used

materials in their construction. After conducting research and with the help of many people, I developed a method in which I melted down PET plastic bottles and turned them into thread. This thick filament was fed into a 3D printer, which printed the models I had designed; once assembled, they took on their final form. Over the course of two years, I managed to collect three hundred bottles—that is, 4.5 kilograms of recycled plastic—as well as old clothes, construction paint, and used cardboard; but above all, I managed to gather recycled solidarity.

**Keywords:** (Childlikeness, sensitivity, trauma, self-protection, psychology )

## Σύντομο Βιογραφικό Σημείωμα

### Σπουδές:

Ανώτατη Σχολή Καλών Τεχνών 2020 - σήμερα

Γενικό Λύκειο Αρσακείου Ψυχικού, 2013 - 2020

(βαθμός απολυτηρίου: Άριστα 19,7)

### Συνέδρια:

Συμπόσιο Γλυπτικής Ύδρας: CO-WEAVING AI HYDRA 2024

Συμπόσιο Γλυπτικής Ύδρας, ΥΔΡΑ, 20 - 22 Μαρτίου 2024

Συμμετοχή στο Ευρωπαϊκό Πρόγραμμα **EMPACT**:

“Empathic and Resilient Artists and CSR - Post pandemic

insights”, The Art of Thinking Like A Mountain, Μουσείο Βορρέ, Σεπτέμβριος 2023

Συμπόσιο Γλυπτικής δυτικής Λέσβου, Λέσβος, 14 - 31 Ιουλίου 2022

και 23 Μαΐου - 1 Ιουνίου 2023

Συνέδριο για την μελέτη των σύγχρονων μέσων και της τεχνητής νοημοσύνης, Δελφοί,  
10- 12 Μαΐου 2023

Συμπόσιο Γλυπτικής Ναξιώτικου μαρμάρου, Νάξος, 26 - 7 Μαΐου 2022

Ημέρες γλυπτικής, Ρέθυμνο, 8 – 20 Μαΐου 2026

### Εκθέσεις:

**The Platform**, Αθήνα , 26 Οκτωβρίου 2021- 22- 23 -24

**Vegan festival**, Αθήνα, 30 Σεπτεμβρίου - 1 Οκτωβρίου 2023

6ο Διεθνές φεστιβάλ ποίησης, Πάτρα , 4 - 14 Σεπτεμβρίου 2023

**MOMUS** Πειραματικό κέντρο τεχνών, Θεσσαλονίκη, “Let every river envy our mouths”, 29 Ιουνίου - 3 Σεπτεμβρίου 2023

**Art about the here and the now**, Αθήνα, 28 Οκτωβρίου 2025 -25 Ιανουαρίου 2026

### **Βραβεία:**

Φιλεκπαιδευτική Εταιρεία

11οι ΑΓΩΝΕΣ ΛΟΓΟΥ ΚΑΙ ΤΕΧΝΗΣ 2018

Πρώτο βραβείο Χρωματικής Σύνθεσης

12οι ΑΓΩΝΕΣ ΛΟΓΟΥ ΚΑΙ ΤΕΧΝΗΣ 2019

Πρώτο βραβείο Χρωματικής Σύνθεσης

13οι ΑΓΩΝΕΣ ΛΟΓΟΥ ΚΑΙ ΤΕΧΝΗΣ 2020

Πρώτο βραβείο Χρωματικής Σύνθεσης

Πρώτο βραβείο Σκίτσου

### **Εθελοντισμός:**

Εικαστική παρέμβαση καλλιτεχνών για τα σαράντα χρόνια ΚΕΘΕΑ ΙΘΑΚΗ, Θεσσαλονίκη, 11 Νοεμβρίου 2023

Υπεύθυνη εικαστικού εργαστηρίου πολυμερούς πηλού, Φάρος Τυφλών Ελλάδος 2022 - 2023

Γραφιστική επιμέλεια του ενημερωτικού δελτίου της ημέρας επιστημών των Αρσακείων Τοσίτσιων σχολείων, Απρίλιος 2016 (Πανευρωπαϊκή διάκριση)

Παράλληλη στήριξη σε ομάδα θεραπευτικής ιππασίας Happy Ippo

### **Αθλητισμός:**

Αθλήτρια της Ιππικής Δεξιοτεχνίας

Δρομέας μεγάλων αποστάσεων

Βοηθός εκπαιδευτή στην ιππασία στο Sports Village Athitaki 2022, 2023, 2024

## ΕΡΓΑ ΠΤΥΧΙΑΚΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

### 1. FOX

#### Πληροφορίες έργου:

- Έτος δημιουργίας: 2025
- Υλικά έργου ή τεχνική: Ανακυκλωμένο πλαστικό PLA, Υφάσματα, Σιδερένια αρματούρα
- Διαστάσεις έργου: Μήκος: 110 cm Πλάτος: 68 cm Ύψος: 58 cm
- Ονοματεπώνυμο φωτογράφου: Μυρτώ Καπνιστή



## 2. Star Boy

### Πληροφορίες έργου:

- Έτος δημιουργίας: 2026
- Υλικά έργου ή τεχνική: Ανακυκλωμένο πλαστικό PLA, Υφάσματα, Σιδερένια αρματούρα
- Διαστάσεις έργου: Μήκος: 60cm Πλάτος: 70cm Ύψος: 140cm
- Ονοματεπώνυμο φωτογράφου: Μυρτώ Καπνιστή



### 3. Fofo

#### Πληροφορίες έργου:

- Έτος δημιουργίας: 2025
- Υλικά έργου ή τεχνική: Ανακυκλωμένο πλαστικό PLA, Υφάσματα, Σιδερένια αρματούρα
- Διαστάσεις έργου: Μήκος: 50 cm Πλάτος: 10 cm Ύψος: 50 cm
- Ονοματεπώνυμο φωτογράφου: Μυρτώ Καπνιστή



#### 4. Άγχος

##### Πληροφορίες έργου:

- Έτος δημιουργίας: 2026
- Υλικά έργου ή τεχνική: Γύψος, Υφάσματα, Σιδερένια αρματούρα
- Διαστάσεις έργου: Μήκος: 160cm Πλάτος: 180cm Ύψος: 110cm
- Ονοματεπώνυμο φωτογράφου: Μυρτώ Καπνιστή



Η εγκατάσταση συνοδεύεται από μια οπτικοακουστική προβολή

