

Il film della mia vita

Arrivati ad un punto importante della vita sorge spesso il desiderio di lasciare una traccia scritta di noi. Scrivere ha un potere catartico e, come Sherazade che leggendo allontanava la fine, scrivendo riviviamo i momenti felici, ritroviamo emozioni dimenticate e ci meravigliamo di noi stessi e di quante cose importanti abbiamo fatto ma non ricordiamo.

L'approccio autobiografico è una metodologia che perseguendo itinerari specifici stimola la narrazione.

Partecipare ad un laboratorio autobiografico permette di seguire un percorso ove confluiscono idee e connessioni e nel labirinto dei ricordi si ritrova il filo di Arianna che da un senso a tutto ciò che è stato.

Il laboratorio autobiografico acquisisce inoltre un duplice valore: da un lato attraverso l'ascolto di altre storie di vita si innescano connessioni e riaffiorano i ricordi, dall'altro si attribuisce senso e significato alle esperienze proprie ed altrui.

*Scrivere la propria storia è un modo per apprendere qualcosa su di sé.
Scriverla perché sia letta è un modo per formare altri
alla comprensione di sé stessi.*

Come

Il laboratorio è strutturato in 5 incontri di tre ore, un pomeriggio alla settimana.

Si prevede anche la scrittura a distanza tra un modulo e l'altro.

La metodologia sarà prettamente interattiva e verranno utilizzati, oltre alla scrittura, altri strumenti quali spezzoni di film e giochi didattici.

Alla fine del percorso, ogni partecipante avrà prodotto un testo che potrà trasformarsi in un libro.

Dove

Il Laboratorio si terrà presso lo spazio *L'isola che non c'era* (Milano, V.le Monza, fermata Linea 1 Sesto Marelli) o in sedi da definire in base ai partecipanti.

Quanto costa

Intero percorso (5 incontri, 3 ore ciascuno):

€ 135,00 riservato ai Soci Insieme Salute (€ 150,00 non soci)

Docenti

Silva Tiranti (www.linkedin.com/in/silva-tiranti-a524907) e Nadia Lattuada (www.linkedin.com/in/nlattuada), formatrici esperte in Metodo Autobiografico