"Continua a sognare"

Storie di resilienza

La resilienza

- In ingegneria, è la capacità di un materiale di assorbire un urto senza rompersi
- In psicologia, è un concetto che indica la capacità di far fronte in maniera positiva a eventi traumatici, di riorganizzare positivamente la propria vita dinanzi alle difficoltà, di ricostruirsi restando sensibili alle opportunità positive che la vita offre, senza alienare la propria identità

Perché scrivere?

- La scrittura nasce nel nostro mondo interiore e porta in superficie, esorcizzandole o valorizzandole, le dimensioni personali più nascoste.
- Scrivere è un atto terapeutico, un'azione curativa che permette di liberare le emozioni minacciose e di sciogliere le sensazioni dolorose, mettendo in ordine i pensieri e calmando l'animo.

Il valore delle parole

Le parole sono energia attiva e hanno un' influenza straordinaria sulle emozioni e sul corpo.
Le parole scritte hanno più potere di quelle dette sono capaci di lasciare un segno profondo.

Scrivendo…

mettiamo a fuoco le
nostre aspirazioni,
che è il primo passo
per realizzarle.
uesto ci aiuta a essere
Persone Resilienti

Finalità del laboratorio

- Scriveremo storie, racconti e fiabe volti al superamento del trauma causato dalla malattia o da un qualunque vissuto doloroso.
- Usufruiremo di testimonianze e di storie vere finalizzate a uno scopo terapeutico.
- Realizzeremo una raccolta di storie e di fiabe corredate da foto e disegni in vista di una pubblicazione commerciale i cui proventi saranno destinati a finanziare le iniziative della Onlus

I contenuti del laboratorio

- Impareremo le tecniche finalizzate a scrivere storie autobiografiche e racconti verosimili
- Ci impegneremo a scrivere storie di fantasia
- Conosceremo la Fiaba pedagogica, un tipo di narrazione il cui scopo è educativo e terapeutico

Gli incontri

- Ogni secondo e quarto sabato del mese, in base al calendario stabilito con la USL
- Durante l'incontro, dopo la converszione preliminare mirata all'acqusizione di un aspetto specifico della scrittura, scriveremo un testo. Ogni volta ci sarà una fase di revisione e di editing, finalizzata alla cura formale del proprio testo.
- Chi ha la possibilità di usare il PC, riscriverà il testo in forma elettronica e me lo invierà per e-mail, ciò al fine di facilitare l'organizzazione finale della raccolta.

Ricorda che…

- Raccontare e ascoltare storie è il modo più antico che gli uomini hanno trovato per comprendere e comunicare il mondo intorno a loro
- Attraverso le storie hanno imparato a conoscere la propria **identità** e a capire quale ruolo avessero a questo mondo, tra gli altri esseri viventi
- Con la narrazione hanno dato senso e significato alla loro stessa esistenza.