

PRIMA EDIZIONE



formazione esperienziale

Uscire dal pozzo

Il contributo della narrazione autobiografica

PREMESSA

*“Solo tu puoi farcela ma credimi non puoi farcela da solo
Anche tu hai bisogno degli altri e forse gli altri hanno bisogno di te”*

(E. Finardi- Come in uno specchio)

Il pozzo, luogo/metafora scuro e profondo in cui si è caduti in conseguenza di situazioni dolorose e drammatiche.

Uscire dal pozzo non significa solo “ritornar a riveder le stelle” lasciandosi alle spalle il disagio ed il dolore ma, soprattutto, intraprendere un nuovo cammino comunque diverso e più sereno.

Un cambiamento importante, che ha inizio nel momento in cui si decide, in modo autonomo e responsabile, di iniziare la risalita.

Questa chiede di essere sempre ben consapevoli sia rispetto a quanto accade nel “qui e ora” sia delle proprie fragilità e paure, sia delle risorse personali.

Raccontare di sé, non è sempre un'esperienza nuova: nella fase dell'adolescenza, un drammatico momento di passaggio e cambiamento, si sente l'esigenza di provare a comprendere meglio la realtà in cui si vive, soggetta anche questa a rapidi e profondi mutamenti.

Da qui la scelta di affidare ad uno strumento, di quanto ci accade.

Solo “rileggendo” quando ci accade da una posizione diversa ed “estranea”, è possibile comprenderli meglio e trovare i modi più adatti per affrontarli.

La narrazione di quanto ci accade, può essere inoltre oggetto di scambio di opinioni con altri, un'occasione per cogliere nuove visioni o nuovi elementi in precedenza tralasciati.

Il racconto autobiografico è stato utilizzato da tempo in campo medico (Narrative Based Medicine) e psicologico (Narrative Therapy) e si è dimostrato particolarmente utile ed efficace.

La narrazione autobiografica fornisce anche, a quanti intendono fornire il loro aiuto a chi è “caduto nel pozzo”, di comprendere meglio come viene vissuta la situazione di disagio e di intervenire di conseguenza.

IL PROGRAMMA

Una prima riflessione riguarda le situazioni di grave disagio delle emozioni più ricorrenti, dei timori e delle attese del momento: da qui la ricerca di possibili strumenti, tra questi la narrazione autobiografica, che possono dimostrarsi più adatti a contenere il disagio e, quando possibile, a risolverlo.

Per sottolineare il valore della narrazione autobiografica, viene proposto un viaggio di ri-scoperta delle principali forme della narrazione popolare, dal Mito ai social, per sottolineare il valore assunto da questo elemento per dare voce alle emozioni ed ai bisogni dell'uomo.

Approfondiremo quindi il tema delle potenzialità offerte dalla narrazione autobiografica nelle situazioni di difficoltà, prendendo ad esempio l'uso che ne viene fatto in medicina (Narrative Based Medicine) e nella Terapia Narrativa (NT),.

Particolare attenzione verrà infine rivolta nel sottolineare lo stretto legame che intercorre tra la narrazione autobiografica ed il cambiamento.

Il corso ha carattere teorico/pratico: il momento dell'esposizione sarà accompagnato dalla proposta di esercitazioni per sviluppare la creatività e favorire un uso efficace della narrazione autobiografica.

Destinatari: L'incontro si rivolge a quanti sono interessati ad utilizzare la narrazione autobiografica per favorire loro uscita dal " pozzo" e per quanti , desiderano fornire un aiuto solidale e concreto a chi si trova in gravi difficoltà.

Relatore/ Narratore : Giuseppe Abate – laureato in Lettere Moderne, da oltre trent'anni formatore manageriale, appassionato di narrazione fin dagli studi universitari , ha applicato lo strumento narrativo nei corsi realizzati e, in tempi recenti nell' uscita dal "suo" pozzo .

Durata : Il corso ha la durata complessiva di 8 ore e si svolge in quattro incontri



Uscire dal pozzo

Il contributo della narrazione autobiografica

Il percorso: Un viaggio teorico/pratico, in quattro incontri, rivolto a presentare le potenzialità offerte dalla narrazione autobiografica, una tipologia narrativa utilizzata da tempo in campo medico (Narrative Based Medicine) e psicologico (Narrative Therapy), per fare chiarezza sulle situazioni di criticità, per farsi meglio comprendere ed aiutare da chi è vicino.

Destinatari: Quanti ricercano strumenti per uscire dal “pozzo”, o desiderano fornire un aiuto solidale e concreto a chi è in difficoltà.

Relatore/ Narratore : Giuseppe Abate – laureato in Lettere Moderne, da oltre trent'anni formatore manageriale, appassionato di narrazione fin dagli studi universitari, ha usato lo strumento narrativo nei corsi realizzati e, in tempi recenti nell' uscita dal “suo” pozzo

Dove; Confraternita della Misericordia – Strada Maggiore 13 – Bologna

Quando: 15 FEB - 22 FEB - 1 MAR - 8 MAR ore 17.30 – 19.30

Quota di partecipazione : E. 60 / Il 50% della quota verrà versato all'Arca della Misericordia - Scuola di lingua e cultura italiana Surinder

ISCRIZIONE ENTRO IL 12 FEBBRAIO :-

per informazioni, programma ed iscrizione abatefor@gmail.com



formazione esperienziale

Uscire dal pozzo

Il contributo della narrazione autobiografica

Il pozzo, luogo/metafora scuro e profondo in cui si è caduti in conseguenza di situazioni dolorose e drammatiche, da dove è difficile uscire.

Con il protrarsi della permanenza, è possibile l'insorgere di pensieri negativi e di azioni conseguenti, che accrescono il senso di impotenza e favoriscono l'insorgere di posizioni di passività, favorite dall'aiuto, talvolta troppo generoso, di chi è esterno al pozzo.

Uscire dal pozzo non significa solo "ritornar a riveder le stelle" lasciandosi alle spalle il disagio ed il dolore ma, soprattutto, intraprendere un nuovo cammino di vita, che possa essere comunque diverso, più sereno.

Un cambiamento importante, che ha inizio nel momento in cui si decide, in modo autonomo e responsabile, di iniziare la risalita.

Questa chiede di essere sempre ben consapevoli sia rispetto a quanto accade nel "qui e ora" sia delle proprie fragilità e paure, e risorse personali dimenticate.

Raccontare di sé, non è per tutti un'esperienza nuova: già nella fase dell'adolescenza, un drammatico momento di passaggio e cambiamento, si sente l'esigenza di provare a comprendere meglio la realtà in cui si vive, soggetta anche questa a rapidi e profondi mutamenti.

Da qui la scelta di affidare ad uno strumento, il diario di ieri o i social di oggi, la narrazione di quanto accade.

Solo guardando gli accadimenti conosciuti, in quanto vissuti, da una posizione "estranea", è possibile comprenderli meglio e trovare i modi più adatti per gestirli.

La narrazione dell'evento può essere inoltre oggetto di scambio di opinioni, un'occasione per cogliere nuove visioni o nuovi elementi in precedenza tralasciati.

Con queste stesse finalità, il racconto autobiografico è stato utilizzato da tempo in campo medico (Narrative Based Medicine) e psicologico (Narrative Therapy) dimostrandosi particolarmente utile ed efficace.

La narrazione autobiografica fornisce anche, a quanti intendono fornire il loro aiuto a chi è "caduto nel pozzo", di comprendere meglio come vengono vissute la difficoltà, oltre a permettere uno scambio ed un confronto con quanti hanno vissuto o si trovano in analoghe situazioni

Programma di massima : Il percorso si articola in quattro incontri a carattere monografico:

I incontro: La narrazione per affrontare e superare le paure ataviche: il mito dei classici e quelli di altri popoli

II Storie, cantastorie e strutture narrative: la favola popolare in Italia per grandi ed adulti

III La narrazione popolare nei tempi moderni: dal fotoromanzo ai social

III Narrazioni per il cambiamento: Narrative Based Medicine, Narrative Therapy, Autobiografia

In ogni incontro è prevista la proposta di "giochi didattici" che riguarderanno il tema della narrazione.

Destinatari: L'incontro si rivolge ad un gruppo di 8 -15 partecipanti, interessati ad utilizzare la narrazione autobiografica per favorire loro uscita dal " pozzo" e per quanti, pur non trovandosi in situazioni di difficoltà, desiderano comprendere meglio quanto accade a chi è nel pozzo, per poter poi fornire un aiuto solidale e concreto.

Durata : Ogni incontro ha la durata di due ore (17.30- 19.30)

Relatore/ Narratore : Giuseppe Abate - laureato in Lettere Moderne, da oltre trent'anni formatore manageriale, appassionato di narrazione fin dagli studi universitari , ha usato lo strumento narrativo nei corsi realizzati e, in tempi recenti nell' uscita dal "suo" pozzo .



Quota di partecipazione: E. 60 /p Il 50% della quota verrà versato all'Arca della Misericordia - Scuola di lingua e cultura italiana Surinder

EVENTO FORMATIVO

VENERDI 15 mar. -VENERDI 22 mar, - VENERDI 29 mar. -

VENERDI 5 apr. ORE 17.30 - 19.30

CONFRATERNITA DELLA MISERICORDIA - STRADA MAGGIORE 13 -

ISCRIZIONE ENTRO IL 10 MARZO : abatefor@gmail.com