



PROGETTO: narrArti

Tracce artistico narrative per l'adolescenza

INTRODUZIONE:

NARRARTI è l'incontro tra Arteterapia e Narrazione Autobiografica: un'esperienza che parte dalla traccia grafica del proprio sentire fino ad arrivare al racconto del proprio vissuto.

L'educazione al narrare di sé può aiutare ad acquisire più consapevolezza di raccontare sé stessi attraverso l'uso del processo creativo, come sostituzione o integrazione alla comunicazione verbale.

La narrazione del sé conduce a trovare i successivi sviluppi del momento attuale, aiutando a rinnovare il rapporto con sé stessi e con gli altri, attraverso forme intimistiche di conoscenza.

Un gruppo dedicato al racconto del sé, che coincide con il "tempo per sé", ha l'obiettivo di acquisire maggiore consapevolezza sulla propria condizione, attivare strategie di adattamento e cercare possibili cambiamenti.

La narrazione del sé offre la possibilità di "ri-viversi" e l'opportunità di "ritrovarsi" nelle proprie e nelle altrui storie di vita, e di "ri-specchiarsi" nell'opera creata, che diventa così oggetto di transizione tra il proprio mondo interiore e il mondo relazionale esterno. Queste pratiche sono degli strumenti che agevolano l'espressione del personale vissuto interiore.

Obiettivo dell'attività è il raggiungimento del benessere scaturito dall'educazione alla narrazione del sé.

Attraverso un percorso di incontri laboratoriali, utilizzando dalle matite alle tempere, dal disegno al collage, le pratiche artistico-narrative hanno la straordinaria capacità di agevolare il racconto del proprio vissuto, aiutando chi le usa a fare chiarezza dentro di sé.

Attraverso il lavoro narrativo artistico avviene qualcosa di molto interessante: la persona attua un riconoscimento di sé e della propria presenza in grado di lasciare una traccia.

Sophie - arteterapista 3333896935

Luisa – educatrice narrativa mellogrossoluisa@gmail.com



Inoltre, nel momento in cui le sensazioni si traducono nell'oggetto artistico avviene un processo di autocomprensione più profonda.

Il riuscire a figurare immagini, memorie, sentimenti ed emozioni esprimendoli simbolicamente in una forma visiva concreta, permette di poterli osservare come qualcosa di staccato da sé, che può essere di aiuto all'individuo nella ricerca di nuove modalità da poter utilizzare nel quotidiano.

OBIETTIVO GENERALE

Conoscere nuove tecniche di racconto di sé per imparare ad ascoltarsi e a condividere il proprio vissuto.

OBIETTIVI SPECIFICI

- Educare all'ascolto attivo
- Riconoscere ed essere consapevoli del proprio stato emotivo interiore
- Saper esprimere la propria emotività attraverso linguaggi espressivi artistici (arteterapia e narrazione autobiografica)
- Sviluppare empatia verso gli stati d'animo altrui
- Promuovere la socializzazione con un gruppo di pari
- Migliorare l'autostima attraverso il riconoscimento delle proprie potenzialità

VERIFICA DEGLI OBIETTIVI

La verifica dei suddetti obiettivi avverrà attraverso:

- l'analisi della documentazione fotografica e video degli incontri
- questionario anonimo di soddisfazione personale del percorso, somministrato al termine degli incontri

MODALITA'

Il percorso è suddiviso in 10 incontri di due ore caduno (da calendarizzare secondo le esigenze).

In ogni incontro è prevista una parte di arteterapia ed una parte di narrazione autobiografica.

Il progetto è rivolto a persone di età compresa da 12 a 18 anni. Il gruppo ideale non dovrebbe superare il numero di 8 persone.



DESCRIZIONE INCONTRI.

1 incontro – presentazione personale attraverso una caratteristica positiva che rappresenti l'infanzia, con materiale tridimensionale colorato

2 incontro – tracce libere per rilassarsi e scoprire un'immagine interiore che emerge

3 incontro – il mio tempo libero: com'era, com'è e come vorrei che fosse, attraverso la tecnica del collage

4 incontro – il gruppo: come mi sento con gli altri e come vorrei sentirmi

5 incontro – condivisione di uno spazio comune di grande formato attraverso l'uso di pittura libera

6 incontro – gioco narrativo di carte create dal sezionare il lavoro grafico fatto dal gruppo

7 incontro – rispecchiamento: vedersi con gli occhi degli altri

8 incontro – gli spazi fisici del mio sentire uniti da un filo rosso

9 incontro – narrazione scritta istantanea su un oggetto portato da casa

10 incontro – la cartolina dell'arrivederci – questionario di soddisfazione