

Storytelling

TOOLKIT



Co-funded by
the European Union



Erasmus+

indice:

INTRODUZIONE.....	3
IL POTERE TRASFORMATIVO DELLA NARRAZIONE.....	4
COME UTILIZZARE IL KIT DEGLI STRUMENTI.....	7
COSA È IMPORTANTE CONSIDERARE QUANDO SI SCELGONO I LABORATORI?.....	8
STORYTELLING PER PRINCIPIANTI: SEMPLICI ESERCIZI DI RISCALDAMENTO.....	10
SCEGLI IL TUO ARGOMENTO.....	13
MAPPA DEGLI ARGOMENTI DELLO STORYTELLING.....	14
LABORATORI DI NARRAZIONE.....	15
CONCLUSIONE.....	49

introduzione

Attraverso un approccio innovativo il progetto GUTS vuole sviluppare un metodo che aiuterà a ridurre la recidiva tra i giovani detenuti. Vogliamo aiutarli a fissare obiettivi per il loro futuro e fornire loro gli strumenti per diventare cittadini migliori e più attivi.

Il progetto GUTS si concentra su tecniche di narrazione e scrittura di canzoni rap per aiutare i detenuti a riflettere sulla loro situazione e sulle loro azioni, offrendo l'opportunità di migliorare le loro capacità di risoluzione dei problemi e il senso di responsabilità, al fine di immaginare un futuro senza criminalità.

Il kit di strumenti per lo storytelling è stato progettato con la collaborazione di tutti i partner del progetto GUTS per fornire uno strumento utile a tutte le organizzazioni interessate a supportare giovani e adulti provenienti da diverse comunità.

Il toolkit include diversi workshop che ogni organizzazione può utilizzare per realizzare workshop per adulti e giovani, per sviluppare nuove competenze, costruire ponti e aiutarli ad avere una voce più forte nelle loro comunità.



Il potere trasformativo dello storytelling Workshop per detenuti

Nel complesso panorama delle carceri, gli approcci innovativi alla riabilitazione stanno ottenendo riconoscimento per il loro potenziale nel favorire un cambiamento positivo.

Uno di questi approcci è l'inclusione di laboratori di storytelling per detenuti. Le ricerche indicano che questi seminari possono avere profondi effetti terapeutici, comunicativi e di costruzione della comunità, contribuendo al benessere generale delle persone che vivono in carcere e fuori.

1. Benefici terapeutici: sbloccare le emozioni attraverso la narrazione

Lo storytelling funge da mezzo potente per consentire agli individui di esprimere le proprie emozioni, consentendo un'esplorazione costruttiva delle narrazioni personali e aiutando a elaborare il trauma.



2. Migliorare le capacità comunicative: creare narrazioni per il cambiamento

Impegnarsi nelle pratiche di narrazione consente alle persone di articolare i propri pensieri ed esperienze, favorendo una migliore comunicazione interpersonale

3. Promuovere l'empatia e la comprensione: narrazioni condivise per la connessione

La comprensione e l'empatia sono componenti vitali della riabilitazione.

M. H. Davis definisce l'empatia come "le reazioni di un individuo alle esperienze osservate di un altro"* . In un contesto carcerario, la condivisione di narrazioni personali facilita la comprensione reciproca tra i detenuti, contribuendo a creare un ambiente più empatico e solidale.

*Davis, MH (1980). Un approccio multidimensionale alle differenze individuali nell'empatia. Catalogo JSAS di documenti selezionati in psicologia, 10, 85.

Il potere trasformativo dello storytelling Workshop per detenuti

4. Migliorare la riabilitazione e la crescita personale: riformulare le narrazioni per un cambiamento positivo

Il processo di narrazione consente ai detenuti di riformulare le loro storie di vita, immaginare cambiamenti positivi e preparare il terreno per la trasformazione personale.



5. Community Building: storie che si connettono

La carcerazione porta spesso a sentimenti di isolamento e alienazione.

"Le storie creano e danno espressione all'identità personale e di gruppo"^{**} e al senso di comunità tra i detenuti. Le storie condivise contribuiscono a creare un ambiente favorevole, favorendo il senso di appartenenza.

6. Creatività e immaginazione: la narrazione come percorso verso l'espressione di sé

L'integrazione dello storytelling nelle carceri è un mezzo per migliorare la creatività e l'immaginazione. I detenuti impegnati in esercizi di narrazione creativa hanno l'opportunità di un'espressione di sé costruttiva e di uno sviluppo personale.

^{**} Senéhi J. (2002) Racconto costruttivo: un processo di pace, Università di Manitoba

Il potere trasformativo dello storytelling per i detenuti

7. Competenze per il reinserimento: preparare i detenuti per un nuovo inizio
Una migliore comunicazione, empatia ed espressione creativa contribuiscono alla disponibilità dell'individuo ad affrontare le sfide del reinserimento.

Lo scrittore Gary Green afferma che condividere le storie personali non è solo utile per promuovere la comprensione, ma può aiutarci a ricordare informazioni importanti che possono guidare le nostre azioni future."***

8. Testimonianze personali: storie di crescita

The Pen Project, un'iniziativa per promuovere l'espressione creativa nelle carceri, offre una raccolta di testimonianze personali di detenuti.

Questi resoconti offrono narrazioni avvincenti dell'impatto trasformativo della narrazione e della scrittura creativa sugli individui, e sulla condivisione di storie di crescita.



In conclusione, anche se le statistiche quantitative sull'impatto dei laboratori di storytelling possono essere limitate, la combinazione di ricerca qualitativa, testimonianze personali e prove provenienti da studi esistenti dipinge un quadro convincente. I laboratori di storytelling nelle carceri offrono alle persone una possibilità di scoperta di sé, di costruzione di un senso di comunità, di espressione delle proprie emozioni e di un percorso verso un cambiamento positivo.

***C. Hennebury, (2020) Lo storytelling non è solo intrattenimento. È una parte fondamentale dell'essere umano

Come utilizzare il kit di strumenti

Questo toolkit per lo storytelling fornisce "scenari già pronti" che puoi mettere in pratica all'interno della tua organizzazione o comunità. Ogni scenario include informazioni dettagliate che ti supportano nella preparazione e nella conduzione dei workshop in modo efficace.

I workshop raccolti in questo toolkit possono essere adottati come strumento per ispirare adulti e giovani a raccontare le loro storie creando, condividendo e amplificando le proprie storie o quelle degli altri.



Cosa è importante considerare quando si scelgono i workshop?

Organizzare un buon laboratorio di storytelling in un contesto carcerario non è mai un compito facile, a causa del gruppo target specifico e dell'ambiente difficile. Devi prendere in considerazione diversi fattori prima di iniziare il tuo workshop.

01 Dimensione del gruppo

È importante sapere il numero di persone nel tuo gruppo in modo da poter scegliere un workshop adatto. Si suggerisce di limitare il numero per creare uno spazio sicuro in cui le persone possano sentirsi a proprio agio.

02 Durata del laboratorio

Conoscere la durata del workshop ti aiuta a pianificarlo di conseguenza, a informare i partecipanti sui tempi e a prenotare l'aula di formazione per il giusto periodo di tempo.



03 Materiali necessari

Comprendere i materiali necessari per il workshop ti consente di preparare in anticipo materiali sufficienti e appropriati. Puoi utilizzare una lista di controllo per assicurarti di avere tutto il necessario prima di iniziare il workshop e ti consigliamo di completare la preparazione il giorno prima del workshop.

04 Spazio

Lo spazio si riferisce al luogo fisico in cui si svolgerà il workshop. È importante considerare la dimensione dello spazio in relazione al numero dei partecipanti, alla disposizione della sala e alla disponibilità delle attrezzature necessarie come proiettori, lavagne e connettività internet ma anche allo spazio per muoversi liberamente.

05 Obiettivi

Gli obiettivi delineano ciò che i giovani detenuti dovrebbero raggiungere dopo aver preso parte al workshop. È possibile utilizzare questi obiettivi per promuovere il workshop, introdurre le aspettative all'inizio della formazione e guidare i giovani verso i risultati desiderati.



06 Presentazione

Questi passaggi forniscono un piano dettagliato per lo svolgimento del workshop, incluso come iniziare, come guidare e dare istruzioni ai partecipanti, come seguire e riflettere sulle attività e quanto tempo dedicare a ciascun passaggio.

07 Crea uno spazio sicuro

È importante creare uno spazio sicuro e rispettoso in cui le persone possano sentirsi a proprio agio nel condividere le proprie storie rispettando l'esigenza di privacy e riservatezza.



08 Sfide

Possono esserci diverse sfide come:

- Accesso limitato alle risorse, alla tecnologia, a Internet.
- Tempo limitato: i detenuti possono avere tempo limitato per impegnarsi in attività a causa della loro routine quotidiana.
- Partecipazione limitata: alcuni giovani detenuti potrebbero essere riluttanti a partecipare ad attività di narrazione a causa di mancanza di fiducia, precedenti esperienze negative o altri fattori.
- Coinvolgimento limitato: mantenere il coinvolgimento può essere difficile. Potrebbe essere necessario presentare l'attività in un modo altamente interattivo, visivamente coinvolgente ed emotivamente avvincente.
- Privacy limitata: i detenuti possono avere una privacy limitata all'interno della struttura correzionale, il che può rendere difficile la condivisione di storie ed esperienze personali.

Storytelling per cominciare: semplici esercizi di riscaldamento



PARLARE
AL TUO
CORPO

AIUTO!
“NON POSSO FARLO...”

Un formato divertente per una attività con il tuo gruppo è questo: taglia strisce di carta uguali e distribuiscine una a ciascun membro del team.

Ognuno mette su carta una frase che inizia con 'Non posso affatto...' oppure 'Non sono affatto...'; e poi piega i fogli.

Quindi apri 1 nota in plenaria ogni volta e il gruppo deve indovinare chi l'ha scritta. Naturalmente, ciò che conta è soprattutto la conversazione che segue.

Lo storytelling non riguarda solo le parole, ma anche il modo in cui lo racconti, gli elementi non verbali.

Scegli un bel ritmo rap (ad esempio da freemusicarchive.org/genre/hip-hop_beats) e crea un rap in cui racconti la storia del tuo team: una canzone sincera, in cui celebri la lotta e la gloria della squadra.

Trasformalo in una competizione: chi ha il miglior rap e i migliori passi di ballo? Quindi usa non solo la voce, ma anche le mani e i fianchi

POI...

Un divertente energizzante per scaldare il cervello in un laboratorio di narrazione è il "E poi..."; Inizi con una frase su un evento casuale e la persona accanto a te continua la storia con: 'Poi...'; e poi la persona accanto a te e così via. 'Siamo andati alla spiaggia...e poi...c'erano dei grandi aquiloni...e poi...un aquilone è caduto in mare...'; Ciò rende la storia priva di senso ma anche abbastanza semplice. Diventa più accattivante quando ti è consentito scegliere tra la parola di collegamento "ma..."; e '...e quindi' 'Siamo andati alla spiaggia...ma...il mare era vuoto...e quindi abbiamo preso l'acqua da un distributore di benzina...'.

DIVISO PER TRE

Descrivi il tuo messaggio in un minimo di 21 e un massimo di 27 parole. Quindi scegli fino a nove singole parole che costituiscono il nucleo della tua storia e scrivile. Discutetene in coppia ed eliminate sei parole finché non vi rimangono tre parole chiave. A questo punto usate queste tre come pietra angolare per la vostra storia personale, storia della squadra o storia organizzativa.

SUGGERIMENTI SENZA MANI...

Un bel riscaldamento per una sessione di narrazione è una sorta di suggerimento ma senza comunicazione verbale. Devi descrivere una parola senza menzionarla. E fallo entro 30 secondi.



NOI VORREMMO..

Fai questo esercizio con diverse persone. L'obiettivo è scoprire le somiglianze e le differenze nel tuo sogno (di squadra). Inventi un evento speciale e inizi a fantasticare nella forma "allora lo faremmo". Ad esempio: "Se vincessimo alla lotteria, compreremo uno yacht". La seconda persona prosegue con "Allora navigheremo attraverso l'oceano", la successiva con "Allora andremo a pescare balene, e ancora il successivo" Allora incontreremo Moby Dick", e così via.

scegli il tuo argomento:

arte visiva

I workshop sono incentrati su diverse tecniche artistiche, tra cui collage, disegno, fotografia e pittura

Scrittura
creativa

Una serie di workshop che esplorano una vasta gamma di tecniche di scrittura, spaziando dalla poesia, alla scrittura libera, alla creazione di storie e altro ancora.

musica

Diversi laboratori che fondono l'arte della musica con diverse tecniche di scrittura, favorendo un'esplorazione dinamica dell'espressione creativa della narrazione

arte
espressiva

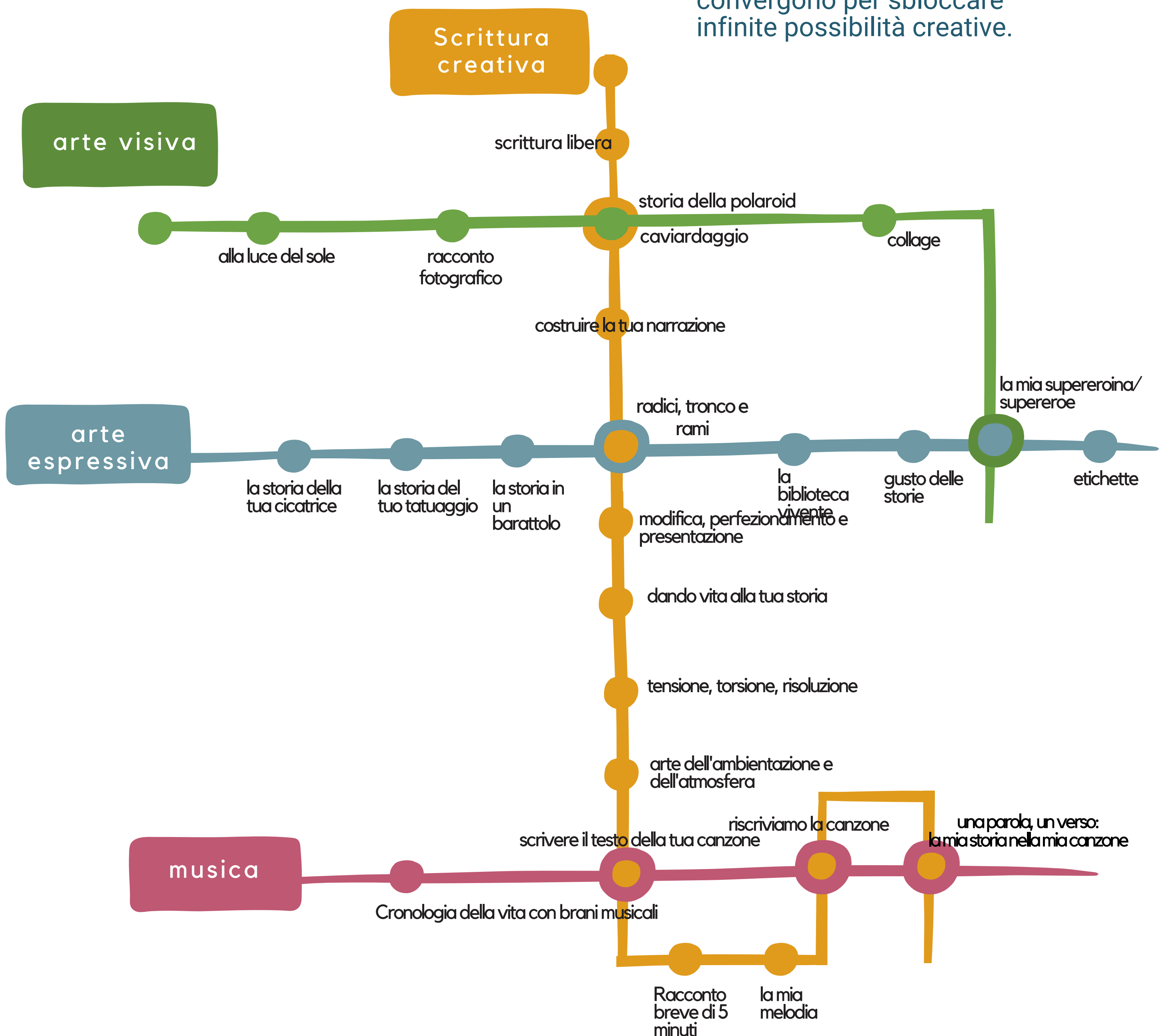
Workshop coinvolgenti che sfruttano la sinergia tra il teatro e le tecniche di espressione fisica, fornendo una piattaforma dinamica per l'espressione di sé

mappa degli argomenti dello storytelling:

I laboratori di narrazione spesso abbracciano una fusione di forme espressive, combinando scrittura, arte e altri elementi creativi. In molte attività, i temi si fondono perfettamente, formando un arazzo dinamico di creatività.

Per navigare in questo panorama diversificato, abbiamo creato una mappa del laboratorio, una sorta di mappa sotterranea, che offre un aiuto visivo per aiutarti a esplorare e scegliere il laboratorio più adatto al tuo gruppo.

Intraprendiamo un viaggio nella narrazione in cui scrittura, arte, musica e varie forme di espressione artistica convergono per sbloccare infinite possibilità creative.



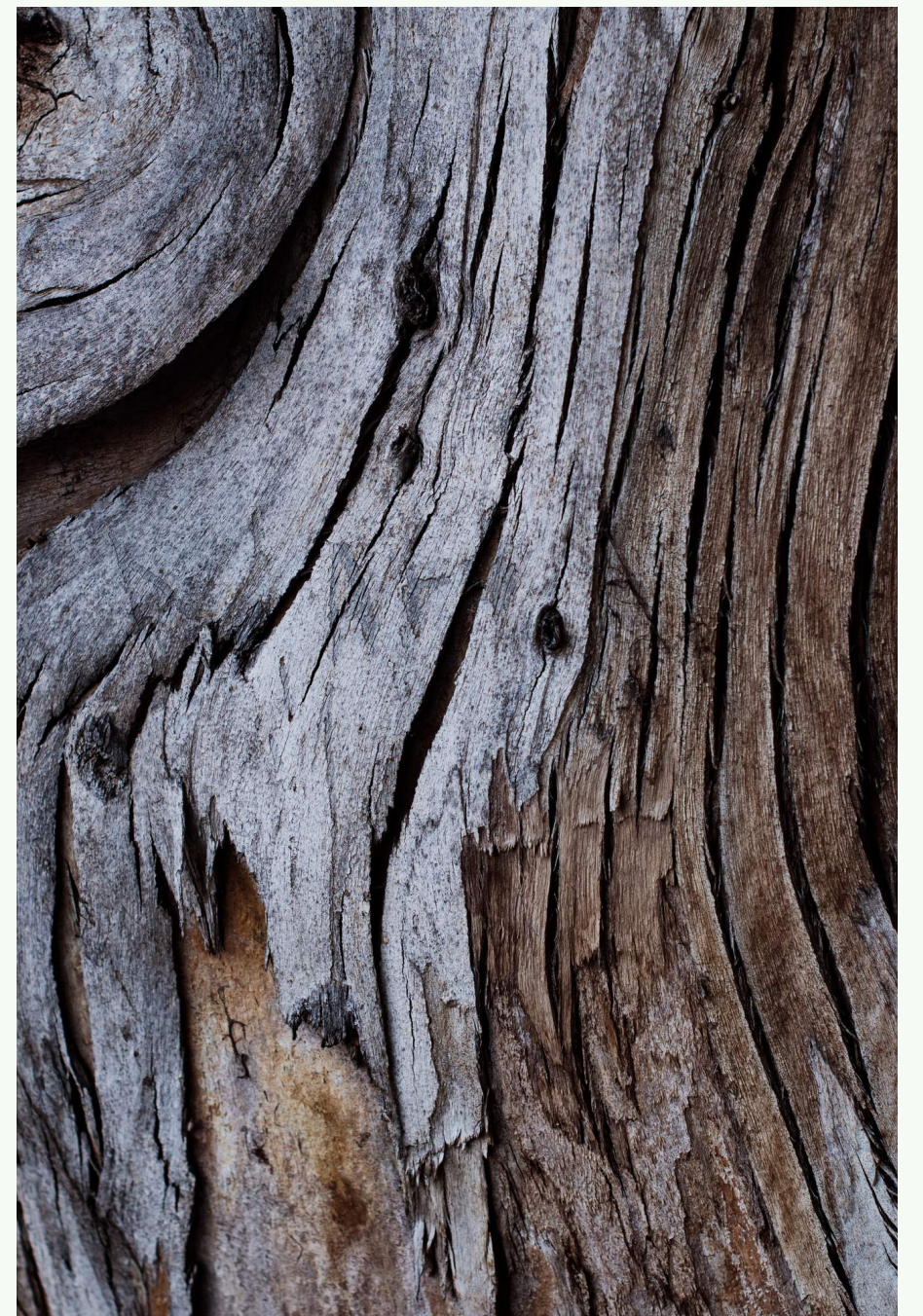
Arte visiva



**ALLA LUCE
DEL SOLE -
UN LIBRO
SILENZIOSO**



**RADICI, TRONCO
E RAMI**



**UNA STORIA
POLAROID**



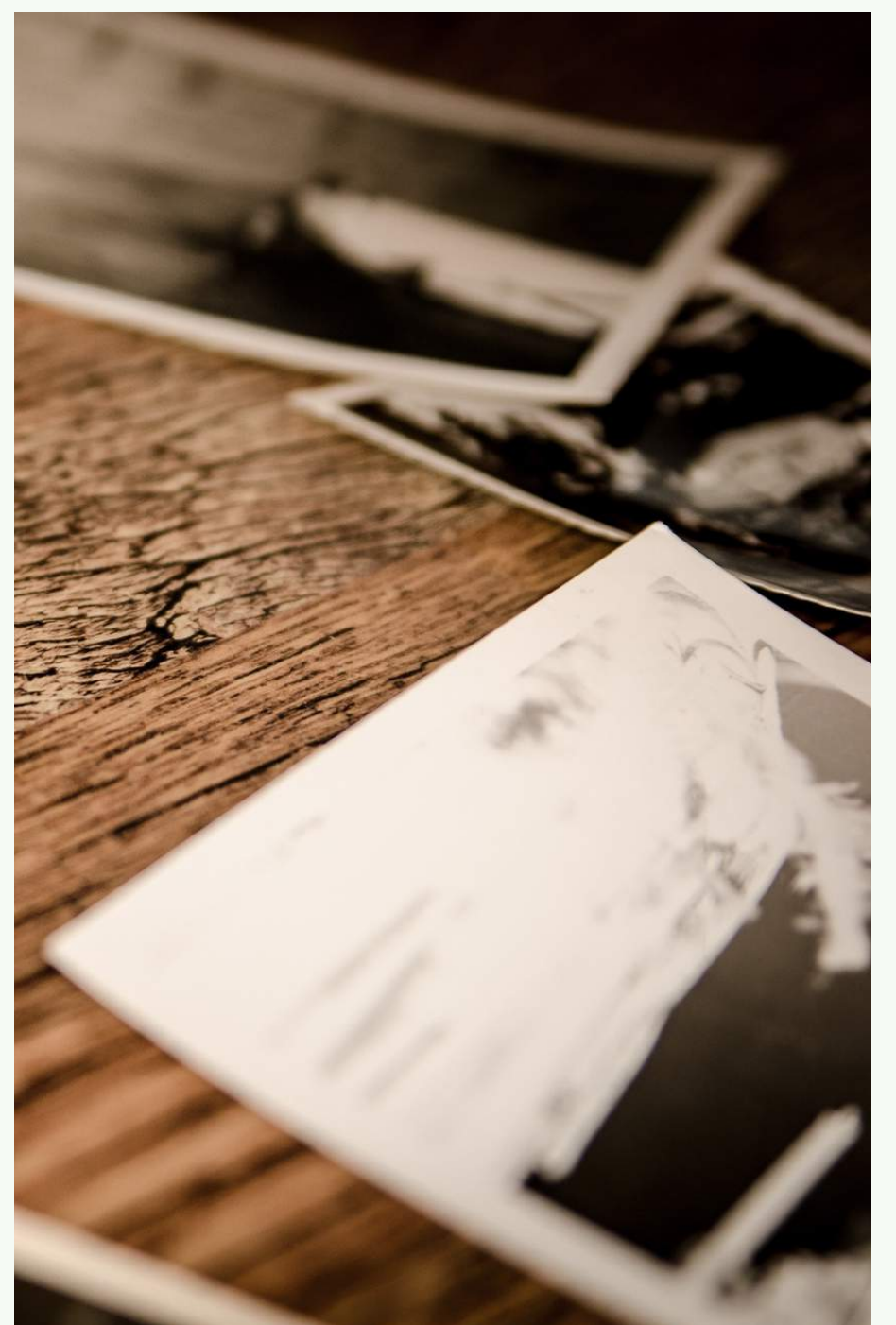
COLLAGE




**LA MIA
SUPEREROINA/
SUPEREROE**



**RACCONTO
FOTOGRAFICO**





ALLA LUCE DEL SOLE – UN LIBRO SILENZIOSO

OBIETTIVI:

- Creare un messaggio senza ostacoli linguistici
- Facilitare la produzione di contenuti attraverso un workshop che non richieda competenze specifiche

SFIDE E SUGGERIMENTI:

Sfida: Difficoltà nel mantenere il gruppo tranquillo.

Suggerimento: evitare di ascoltare musica o di sovrapporre altre lingue

PRESENTAZIONE:

Partiamo da una premessa: "per comunicare non è necessario parlare né scrivere". Il facilitatore spiega che non è possibile parlare per tutta la durata del laboratorio.

Il facilitatore spiega le 3 fasi di lavoro:

1. Trovare le immagini e posizionarle sul foglio
2. Installazione del filo e, uno alla volta, posizionamento dei teli
3. Spostamento dei fogli fino alla scelta della posizione finale Il facilitatore interverrà solo per assegnare i compiti successivi senza parlare ma con 3 tabelloni rappresentanti le 3 fasi di lavoro.

I gruppi possono essere da due o tre persone, a seconda del numero totale dei partecipanti.

Al gruppo viene consegnata una pila di giornali e riviste (sport, moda, musica, ecc.) e devono scegliere un'immagine iconica: ad esempio un ombrello, una palla, una chitarra, un fiore.

Al gruppo viene dato un foglio di carta bianca e 1 pennarello rosso.

Ogni partecipante potrà selezionare un massimo di 3 icone e incollarle al centro del singolo foglio oppure disegnarle in forma stilizzata.

Ai partecipanti viene chiesto di installare i fili della biancheria e, una volta terminato, ogni persona allegherà il proprio foglio, condividendo le proprie scelte con il gruppo.

Al gruppo viene chiesto di spostare i fogli in caso di somiglianza tra le proprie scelte, senza utilizzare parole.

Infine, al gruppo viene chiesto di condividere la propria esperienza complessiva: la sensazione di rimanere in silenzio, il contenuto evocativo delle immagini ma anche ciò che credevano di comunicare, ecc.

PARTECIPANTI: min. 6

SPAZIO: all'aperto con alberi vicini per installare i fili per stendere la biancheria

DURATA: 30 minuti

MATERIALE NECESSARIO: fogli di carta, pennarelli rossi, nastro di carta per assemblare, colla, forbici, mollette.

RADICI, TRONCO E RAMI

OBIETTIVI:

Autoriflessione e scoperta:

- Incoraggiare i partecipanti a riflettere sulle proprie qualità positive, abilità e interessi.
- Promuovere la scoperta di sé attraverso l'esplorazione di obiettivi e sogni personali.

Costruire connessioni positive:

- Promuovere un senso di comunità riconoscendo e apprezzando le relazioni con i tuoi cari.

Rappresentazione visiva della crescita:

- Facilitare un'espressione creativa di crescita personale attraverso la metafora di un albero
- Aiutare i partecipanti a mappare visivamente i loro punti di forza, i sistemi di supporto e le aspirazioni.

SFIDE E SUGGERIMENTI:

Sfida: i partecipanti potrebbero trovare difficile condividere apertamente riflessioni personali e aspetti di se stessi.

Suggerimento: creare un ambiente sicuro, rispettoso e non giudicante è fondamentale per superare questa sfida.

PRESENTAZIONE

Prendi tre fogli di carta.

1. Sul primo foglio dovresti scrivere le cose che ti piacciono di te, le cose positive (simpatia, responsabilità, intelligenza, generosità, ordine, ecc.) e le cose che ti piace fare (leggere, scrivere, correre, giocare a calcio, camminare, cucinare, ecc.).
2. Nel secondo foglio dovresti scrivere le cose che vorresti fare, che sono importanti per te, obiettivi piccoli o grandi (leggere un libro, piantare un fiore, praticare uno sport, fare amicizia, ecc.) o quali sono i tuoi sogni.
3. Sul terzo foglio dovresti scrivere la persona o le persone che ami o che ti amano.

Ora disegna un albero con tutte le sue parti: radici, tronco e rami e coloralo come preferisci.

Dopo aver disegnato l'albero, eseguirai le seguenti operazioni:

- Nelle radici metterai le competenze e le cose che ti piace fare e che hai annotato sul primo foglio.
- Nel tronco metterai i supporti che hai scritto sul terzo foglio e ti aggiungerai.
- Per finire tra i rami metterai i tuoi obiettivi e i tuoi sogni.

Come avrai notato, l'albero ti rappresenta e racconta un po' la tua storia di vita, ma è incompleto perché continua a crescere e cambiare attraverso le stagioni della vita.

Se ne hai voglia, condividi il tuo albero con il gruppo e spiega con una parola che aspetto ha il tuo albero o un'emozione che risveglia in te.

PARTECIPANTI: massimo 15

SPAZIO: ovunque, purché sia uno spazio sicuro per condividere storie. Lo spazio deve offrire ai partecipanti un luogo confortevole dove scrivere e disegnare sul proprio foglio

DURATA: 1 ora

MATERIALE NECESSARIO: fogli di carta, matite, pastelli



UNA STORIA POLAROID

OBIETTIVI:

- Stimolare la creatività e l'immaginazione attraverso l'espressione artistica.
- Promuovere la collaborazione e le capacità di narrazione tra i partecipanti.
- Incoraggiare l'espressione emotiva e la riflessione per la crescita personale.
- Superare il blocco che una persona può avere davanti ad un foglio di carta bianca

SFIDE E SUGGERIMENTI:

Sfide:

- Alcuni partecipanti potrebbero inizialmente avere difficoltà a trovare idee creative
- Alcuni partecipanti potrebbero avere difficoltà a collegare le loro immagini ad altre in modo significativo.

Suggerimenti: in qualità di facilitatore, promuovere un ambiente non giudicante e di supporto in cui i partecipanti si sentano a proprio agio nel condividere le proprie idee ed emozioni. Guidali nel processo di narrazione suggerendo collegamenti tra le Polaroid. Promuovi la comunicazione e la collaborazione in piccoli gruppi.

PRESENTAZIONE

L'attività consiste nel creare una storia con le polaroid, utilizzando materiale riciclato. Viene distribuito un cartoncino a forma di polaroid, vuoto al centro, e ogni partecipante è invitato a creare un'immagine al suo interno. Si forniscono riviste, forbici, colla e colori.

Si può rappresentare un luogo, un personaggio, una situazione, un oggetto, ecc.

È molto importante che i partecipanti si sentano liberi di rappresentare ciò che vogliono. Successivamente, ai partecipanti viene chiesto di condividere le proprie Polaroid distribuendole sul tavolo. Viene quindi chiesto loro di creare una storia utilizzando le Polaroid.

Viene appeso un filo alle mollette e i partecipanti danno un ordine alle polaroid e vengono guidati nella creazione della storia.

Alla fine dell'attività, la storia può essere raccontata verbalmente o scritta.

Infine, l'attività si conclude con un momento in plenaria in cui chi lo desidera può condividere emozioni e sensazioni vissute durante l'attività.

PARTECIPANTI: 4-8

SPAZIO: ovunque, purché sia uno spazio sicuro per condividere storie

DURATA: 1 ora

MATERIALE NECESSARIO: cartoncino, carta bianca, colori, colla, riviste, spaghi, mollette



OBIETTIVI:

- Esplorare la fusione tra narrazione visiva e scritta attraverso l'arte del collage.
- Promuovere l'espressione creativa rompendo i confini tradizionali della narrazione, consentendo ai partecipanti di impegnarsi con la narrazione in modo non lineare e visivamente stimolante.
- Sviluppare una connessione più profonda tra emozioni, immagini e parole, migliorando l'esperienza complessiva della narrazione.

SFIDE E SUGGERIMENTI:

Sfide:

- Sfide: completare un collage e creare una narrazione entro il tempo stabilito può essere impegnativo.
- I partecipanti potrebbero sentirsi spinti a creare un collage "perfetto", ostacolando il loro flusso creativo.

Suggerimenti:

- incoraggiare i partecipanti a concentrarsi sugli elementi chiave per garantire un'esperienza di narrazione coesa e significativa.
- Sottolinea che i collage sono intrinsecamente diversi e imperfetti, favorendo un senso di libertà e accettazione nel processo creativo.

PRESENTAZIONE

Presenta il workshop e i materiali e sottolinea la libertà di esplorare espressioni creative oltre ai metodi convenzionali di narrazione.

Fornire ai partecipanti riviste, forbici, colla, colori e altri materiali (come stoffa, cartone,..).

Supportali nella creazione di collage che raccontano una storia, combinando immagini e parole in un modo che sia coerente e adatto a loro.

Incoraggia i partecipanti a sperimentare simbolismo, colore e consistenza per trasmettere emozioni ed elementi narrativi.

Chiedi ai partecipanti di riflettere sui loro collage e di identificare la storia che hanno creato.

Fornisci domande guidate per aiutare i partecipanti ad articolare la narrativa dietro il loro collage.

Alla fine dell'attività i partecipanti sono invitati a condividere i loro collage e le storie che hanno realizzato con il gruppo.

Incoraggia la discussione aperta e il feedback, evidenziando le diverse interpretazioni e gli elementi unici di ogni collage.

PARTECIPANTI: 4-8

SPAZIO: ovunque, purché sia uno spazio sicuro per condividere storie

DURATA: 1 ora

MATERIALE NECESSARIO: cartoncino, carta bianca, colori, colla, riviste, spaghi, mollette



LA MIA SUPEREROINA/SUPEREROE

OBIETTIVI:

- Incoraggiare la creatività e il pensiero fuori dagli schemi per progetti unici di supereroi/supereroine, inclusi tratti distintivi, poteri e aspetti vari.
- Incoraggiare il lavoro di squadra con particolare attenzione alle competenze
- Sviluppare il pensiero critico guidando i partecipanti al brainstorming e al superamento delle sfide per i loro personaggi
- Migliorare le capacità di comunicazione attraverso presentazioni di gruppo e coltivare le capacità di narrazione concentrandosi sulla creazione di narrazioni con sfide, avversari e strategie di risoluzione dei problemi.

SFIDE E SUGGERIMENTI:

Sfida: i partecipanti potrebbero involontariamente cadere nei cliché. Incoraggia l'esplorazione di idee non convenzionali ed evita gli stereotipi.

Suggerimenti:

- Celebra l'unicità incoraggiando i partecipanti ad abbracciare la loro creatività ed esprimi valori personali attraverso i loro progetti di supereroi/supereroine.
- Offri indicazioni su come superare le sfide e naviga nel processo creativo, garantendo un ambiente di apprendimento favorevole.

PRESENTAZIONE

Disegnare il supereroe/supereroina: fornire ai partecipanti modelli, fumetti e materiali da disegno per abbozzare l'aspetto del loro supereroe/supereroina.

Incoraggia i partecipanti a pensare a caratteristiche, simboli e colori unici.

I partecipanti dovranno quindi scegliere i poteri unici del proprio supereroe/supereroina e disegnarli sul foglio.

Sottolinea il legame tra i poteri del supereroe e la sua missione e poni diverse domande per generare idee o discussioni:

Come sarebbe il tuo supereroe? Quali superpoteri avrebbe? Quali problemi si troverebbero ad affrontare? Come risolverebbe questi problemi?

Una volta creati i supereroi con i loro superpoteri, i partecipanti dovranno scegliere un nome.

Alla fine dell'attività, ogni partecipante può presentare il proprio personaggio al gruppo e condividere ciò che rappresenta.

Se si desidera proseguire il laboratorio, i partecipanti si dividono in gruppi di max. 4 persone.

Presenta diversi problemi o avversità per incoraggiare i gruppi a discutere approcci comuni alla risoluzione dei problemi che i supereroi potrebbero utilizzare, tenendo conto delle diverse abilità e background. Incoraggia i partecipanti a pensare in modo creativo a come i loro supereroi/eroine potrebbero superare le sfide.

Alla fine dell'attività, ogni gruppo presenta i propri supereroi, poteri, squadra, sfide e soluzioni.

PARTECIPANTI: +/- 10-20 partecipanti

SPAZIO: stanza con tavoli, sedie e spazio sufficiente per consentire ai partecipanti di muoversi durante le presentazioni.

DURATA: 60/120 minuti

MATERIALE NECESSARIO:
Carta, matite, pennarelli o materiale da disegno.
Fumetti Lavagna classica o lavagna a fogli mobili per il brainstorming di gruppo.

RACCONTO FOTOGRAFICO

OBIETTIVI:

- Trasmettere emozioni e un po' di se stessi attraverso la fotografia
- Identificare e articolare un tema o un argomento per la narrazione visiva.
- Sviluppare competenze nella pianificazione e nell'esecuzione di un servizio fotografico efficace.
- Imparare a selezionare fotografie che raccontano una storia coerente e sviluppare abilità nella presentazione creativa di storie visive.

SFIDE E SUGGERIMENTI:

Sfide:

Potrebbe essere difficile tradurre un concetto o un'idea in una narrazione visiva e i partecipanti potrebbero avere difficoltà a trasmettere il messaggio previsto attraverso le immagini.

Suggerimenti: sottolinea l'importanza di selezionare le immagini che rappresentano al meglio la narrazione che vogliono trasmettere. Fornire feedback su quanto bene le immagini comunicano il tema scelto può aiutare i partecipanti ad affinare le proprie capacità di narrazione e produrre una narrazione visiva di maggiore impatto. I partecipanti possono aggiungere piccole note o testi sotto le immagini.

PRESENTAZIONE

Ogni partecipante seleziona un tema, un soggetto di cui raccontare una storia o un'idea foto-narrativa. Non ci sono risposte giuste o sbagliate, purché il partecipante sia interessato ad esplorare l'argomento o a raccontare una storia.

Pianifica di fotografare il soggetto o l'oggetto. Può essere semplice come prendere una macchina fotografica e scattare foto in una location, o complessa come costruire un set e pianificare diverse riprese.

Cura la storia. Una volta scattate le foto, caricarle sul computer ed effettuare una selezione.

Guarda tutte le immagini che sono state scattate e decidi quali sono le più forti e quali contribuiscono maggiormente a raccontare la storia o ad esplorare il tema o l'idea. Ricorda, una storia può essere una singola immagine e una singola immagine può creare o cambiare la storia.

Si potranno scegliere da 1 circa ad un massimo di 5 foto.

Puoi scegliere di stampare le foto o optare per lo storytelling digitale.

Presentare la storia. Questa è la parte più importante del processo perché il modo in cui verrà presentata una storia sarà molto importante.

I partecipanti possono scegliere come presentare la propria storia secondo la propria creatività. Possono narrare verbalmente la storia, aggiungere un piccolo testo sotto le immagini o mostrare le immagini e lasciare l'interpretazione al pubblico.

PARTECIPANTI: Circa 2-8

SPAZIO: le fotografie possono essere scattate all'interno o all'esterno in luoghi con una buona luce. Per la preparazione e la presentazione della storia si consiglia una location al chiuso

DURATA: 2-3 ore

MATERIALE NECESSARIO: fotocamere, computer portatili, stampanti, fogli per la stampa di immagini, documenti, penne e pennarelli

Scrittura creativa



**SCRITTURA
LIBERA**



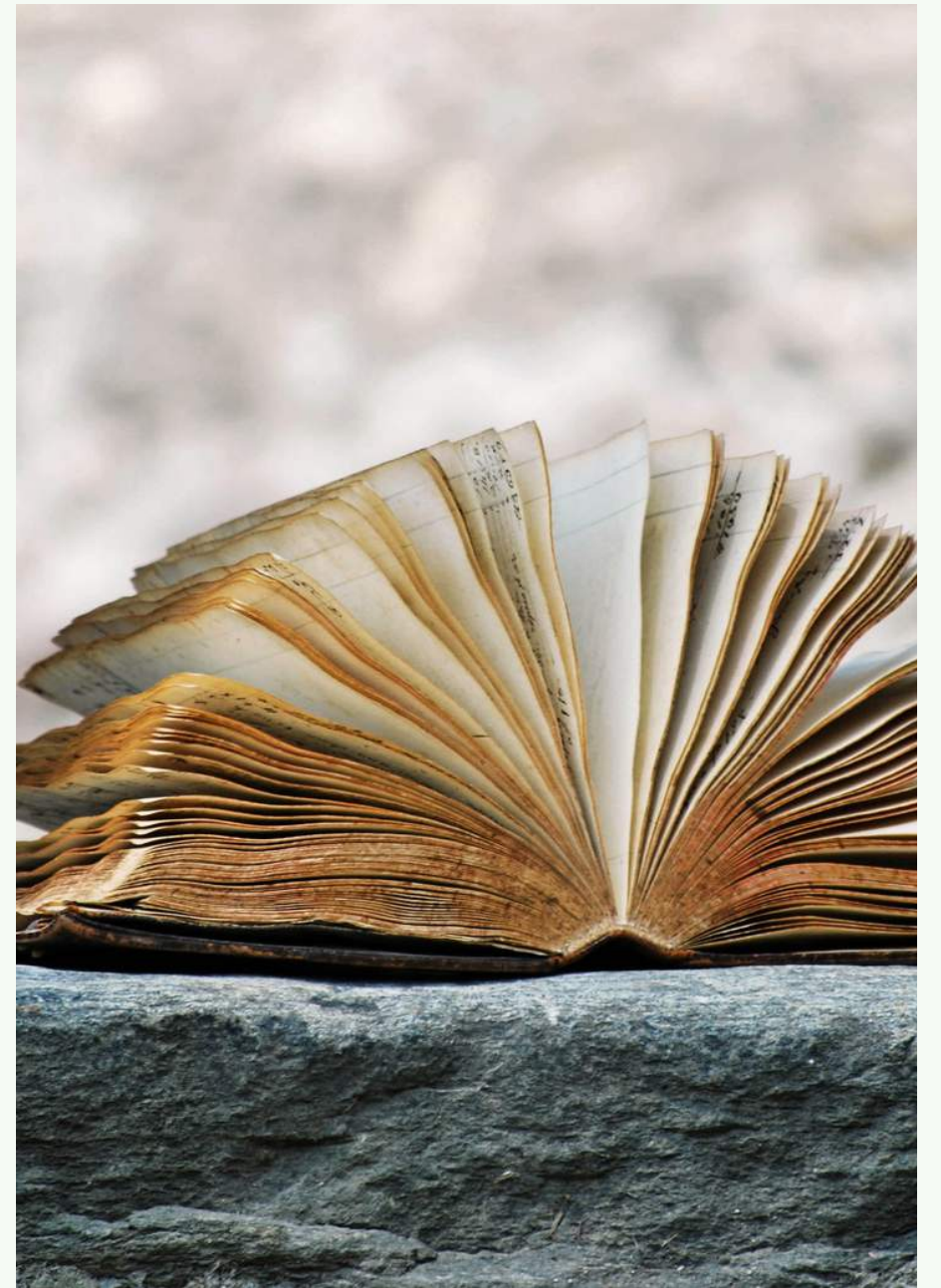
CAVIARDAGE



**5 MINUTI
RACCONTO CON
3 PAROLE**



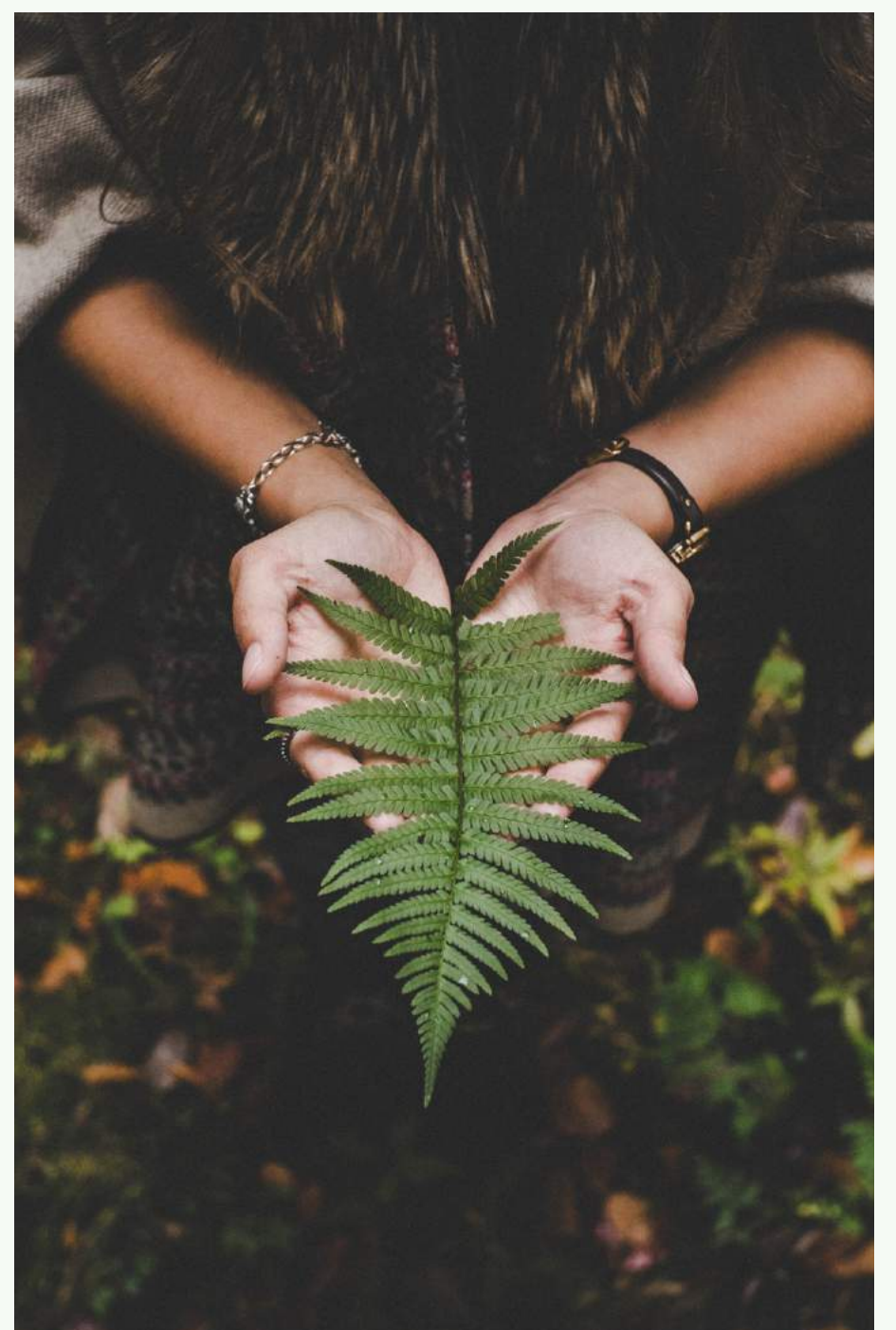
**COSTRUIRE LA
TUA
NARRAZIONE**

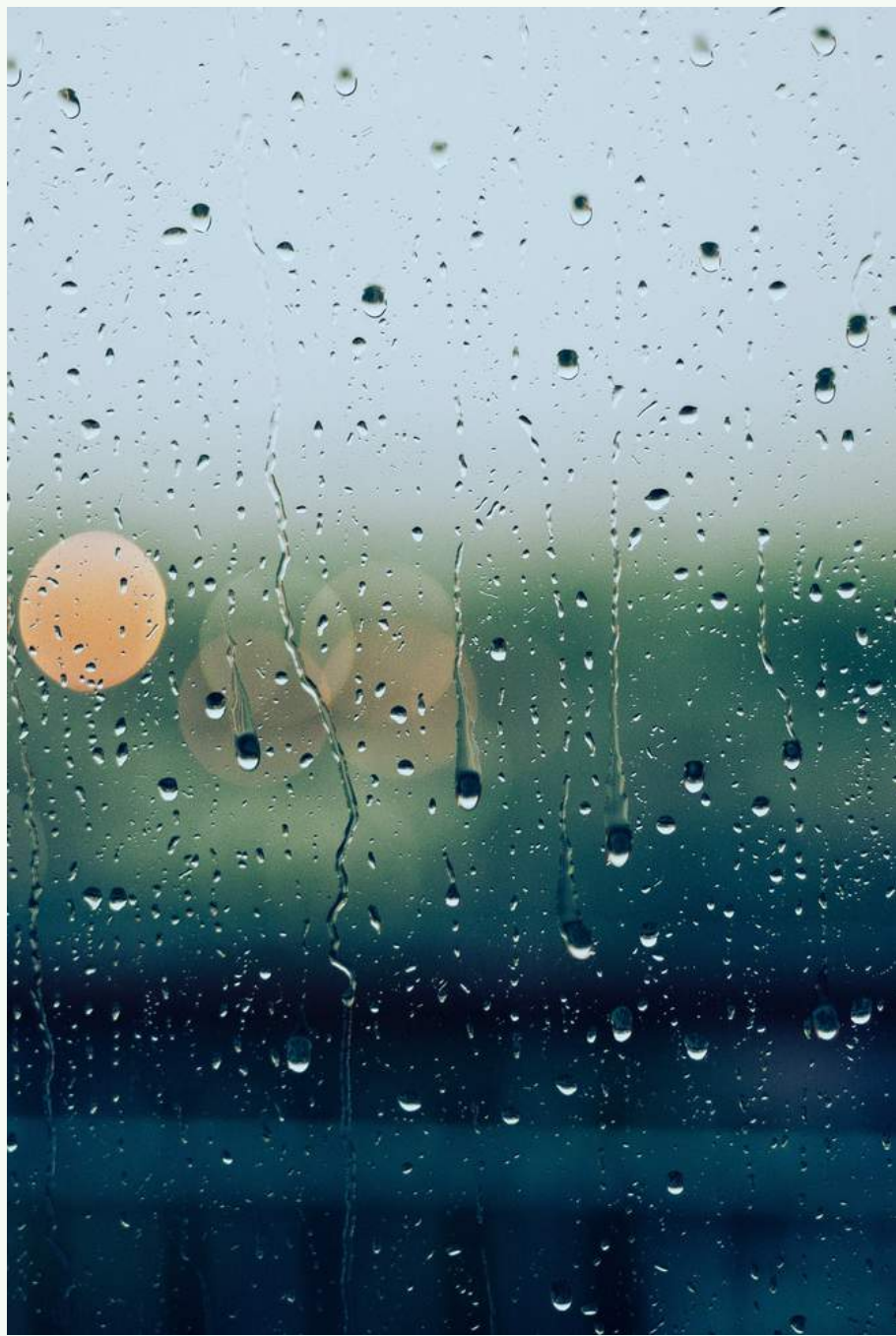


**MODIFICA,
PERFEZIONAMENTO
E PRESENTAZIONE**



**DAI VITA ALLA
TUA STORIA**

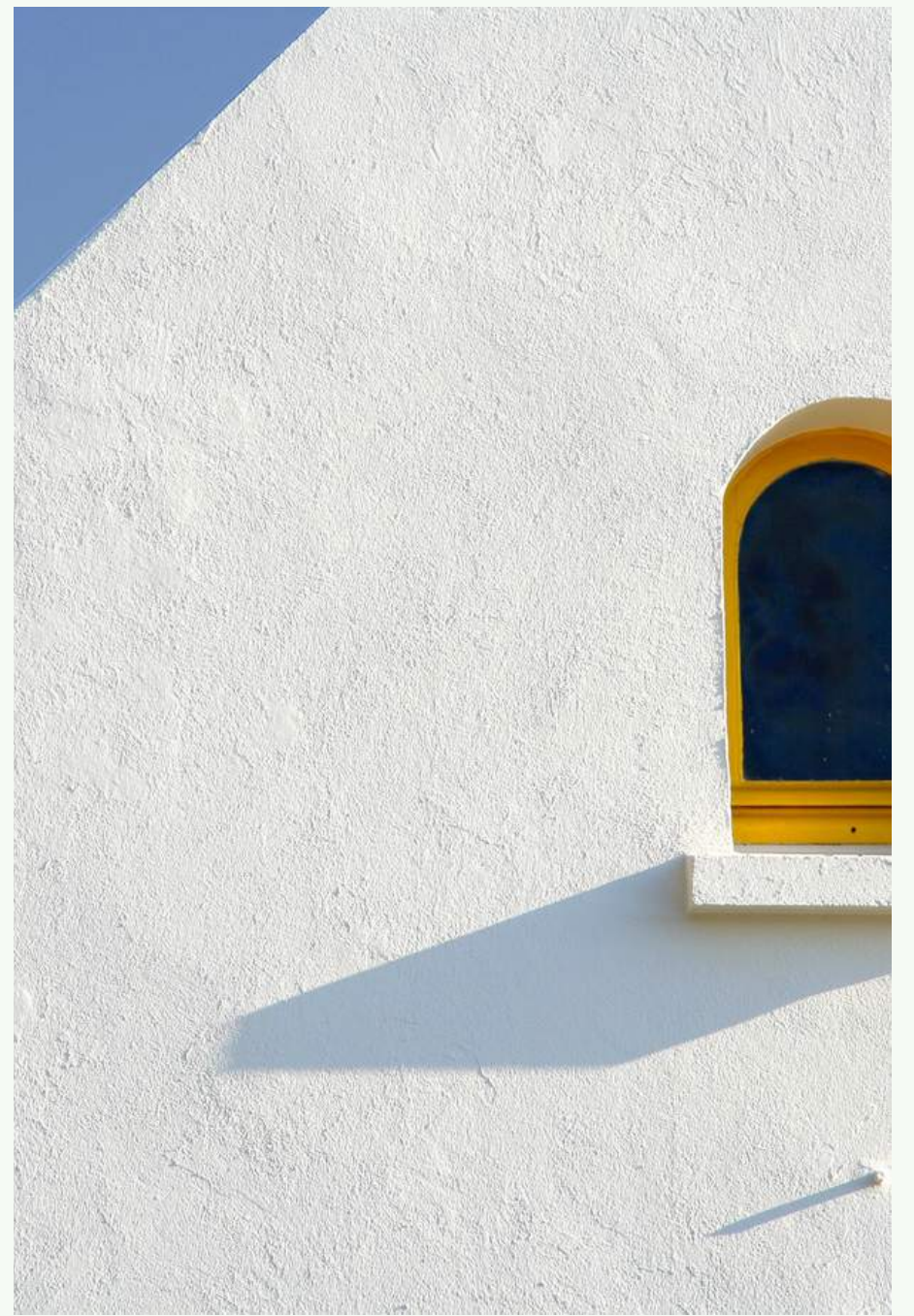




**TENSIONE,
TORSIONE,
RISOLUZIONE**



**L'ARTE
DELL'AMBIENTAZIONE
E DELL'ATMOSFERA**





SCRITTURA LIBERA

OBIETTIVI:

- L'obiettivo è aiutare il detenuto ad avviare il processo di scrittura di testi sulla propria situazione.

SFIDE E SUGGERIMENTI:

Le sfide possono consistere nel fatto che questo tipo di esercizio è nuovo ed estraneo ad alcuni detenuti.

PRESENTAZIONE

Questo è un esempio di un testo uscito da un corso di scrittura di poesie tenuto dai detenuti della prigione di Romerike. Il testo non è scritto in forma rap, ma è il risultato di un corso di scrittura, e vogliamo presentarlo nel progetto.

La metodologia utilizzata è stata quella di sfidare i partecipanti alla scrittura libera.

Scrivere liberamente significa sedersi al computer o tirare fuori il quaderno. Per limitare la sessione di scrittura, lo studente può impostare il cronometro su, ad esempio, 10 minuti. Il punto è scrivere senza sosta. Quando lo studente frequenta un corso di scrittura, troverà questa metafora: quando scriviamo, c'è un uccello su ciascuna spalla. Un uccello brontola e si lamenta che quello che stai facendo non è abbastanza buono: quella frase è brutta, quello che hai appena scritto è un cliché, la grammatica non è all'altezza, ecc. È l'uccello critico. L'altro uccello cerca di calmarsi, in modo che l'intuizione e le idee creative possano trovare la strada sulla carta. È l'uccello creativo.

Nelle fasi iniziali di un progetto di scrittura, è importante liberarsi da quell'uccello, il critico. Il critico è necessario ma deve aspettare finché non viene stampata parte della materia prima.

Scrivere è pensare. Certo, pensiamo senza scrivere, ma questo può affinare il nostro pensiero, può aiutarci a vedere nuovi schemi, a scoprire nuovi aspetti di noi stessi.

PARTECIPANTI: Insegnanti e studenti di scrittura

SPAZIO: Aula

DURATA: Per la tecnica si possono utilizzare periodi diversi. Per esempio. 4x90 minuti.

MATERIALE NECESSARIO:
Un computer e un programma per scrivere (Es. Word)



CAVIARDAGE

OBIETTIVI:

- Stimolare la creatività attraverso la scoperta della poesia nascosta.
- Superare il blocco che una persona può avere davanti ad un foglio di carta bianco
- Avviare un primo approccio alla poesia senza schemi
- La condivisione in gruppo aiuterà le persone a raccontare il processo metacognitivo seguito nella scelta delle parole, esprimendo anche le ragioni e le emozioni che le hanno guidate a farlo.

SFIDE E SUGGERIMENTI:

- Cerca di selezionare e collegare le parole
- Alcuni partecipanti potrebbero trovare difficile gestire il proprio tempo nelle diverse parti dell'attività a causa della mancanza di fiducia nello scrivere poesie.

SUGGERIMENTI: offri una guida e sottolinea che non esiste un modo giusto o sbagliato per creare poesia in questo formato.

PRESENTAZIONE

Il caviardage, ideato da Tina Festa, racchiude varie tecniche di scrittura poetica che consistono nell'elaborare poesie da testi già scritti come pagine di album di ritagli, ad es. utilizzando vecchi racconti.

I partecipanti dovranno cimentarsi nella creazione di una poesia dalle pagine di un vecchio libro. Caviardage deriva dalla parola francese caviarder, che significa censurare, cioè cancellare un testo di colore nero.

Fase iniziale: Distribuire ai partecipanti le pagine di un vecchio libro.

Attività centrale: avendo a disposizione le pagine di un vecchio libro, immagini da ritagliare e colori e pennarelli su cui disegnare, i beneficiari potranno far emergere la poesia nascosta nella pagina e dentro di sé semplicemente scegliendo le parole che più li colpiscono (8/10 parole), cerchiandole con una penna o un pennarello e cancellando tutto il resto. Dovrebbero quindi collegare queste parole nell'ordine che preferiscono, collegando ciascuna parola all'altra con una linea. In questo modo la persona forma una poesia collegando le parole. È possibile aggiungere intervalli, articoli o preposizioni tra le parole.

Una volta collegate le parole, puoi scrivere il testo della poesia sul bordo bianco attorno alla pagina del libro. E decora la pagina con colori, allega immagini, ecc.

L'ultimo passo è la condivisione: si può condividere la propria poesia in gruppo, raccontando perché si sono scelte le parole e quali emozioni sono legate ad esse, oppure semplicemente leggendo la poesia nata dall'attività di ascolto di sé.

SPAZIO: Un luogo con tavoli e sedie, dovrebbe essere uno spazio sicuro per condividere poesie ed emozioni

DURATA: 30-40 minuti

MATERIALE NECESSARIO: pagine di un vecchio libro o di giornali e riviste, pennarelli, disegni da ritagliare, forbici per acquerelli, colla

5 MINUTI RACCONTO CON 3 PAROLE



OBIETTIVI:

Creatività spontanea: sviluppa la capacità di generare idee creative sul posto senza pensare troppo.

Adattabilità e flusso: migliora l'adattabilità scrivendo entro regole e vincoli di tempo specifici, favorendo un flusso creativo.

Osservazione ed espressione: coltivare capacità di osservazione ed espressione rapide, apprezzando diverse interpretazioni in un breve lasso di tempo.

SFIDE E SUGGERIMENTI:

Se vuoi scrivere, soprattutto, NON devi pensare! Se vuoi scrivere buoni pezzi devi scrivere velocemente ed è quello che fai con la "macchina da scrivere".

Se pensi che la tua prima storia debba essere un capolavoro, non andrà bene. Se pensi "Ho bisogno di scrivere velocemente" allora sarà di ottima qualità!

PRESENTAZIONE

Prendi tre parole casuali che non devono avere assolutamente nulla a che fare l'una con l'altra e inizi da lì.

Le parole "power" sono parole con un significato, quindi non "il" o "questo" perché non puoi farci nulla. Devono essere verbi o sostantivi. Quando li leggi, ti viene subito in mente un'immagine.

- Ecco le regole che DEVI seguire:

- 1) Devi seguire TUTTE le regole
- 2) Devi scrivere il più velocemente possibile
- 3) Devi fermarti dopo 5 minuti. Se la frase non è finita inserisci "...";
- 4) Potresti NON pensare
- 5) Potresti NON migliorare
- 6) 1 delle 3 parole dovrebbe essere la tua prima parola, inizi con quella
- 7) Le altre 2 parole devono comparire nel primo paragrafo (un paragrafo è composto da circa 4 frasi) Imposti il cronometro su cinque minuti e dopo cinque minuti smetti di scrivere, anche se hai ancora qualcosa da dire e la tua 'storia' o 'testo' non è finito.

Cinque minuti e STOP.

- Fermati al segnale e metti da parte il testo
- Allunga le gambe per un momento e riprendi il testo
- Leggi il tuo testo ad alta voce o in gruppo - ogni partecipante - legge il suo testo ad alta voce
- Ascolta e stupisciti da ciò che puoi scrivere in 5 minuti!

PARTECIPANTI: Può essere svolto individualmente o in gruppo

SPAZIO: spazio di lavoro tranquillo e confortevole

DURATA: nessuna durata (puoi decidere tu)

MATERIALE NECESSARIO:

- Materiali per scrivere (penne, matite, strumenti digitali per prendere appunti).
- Custode del timer



COSTRUISCI LE TUE STORIE

OBIETTIVI:

- Comprendere gli elementi chiave di una storia avvincente.
- Creare personaggi riconoscibili e stabilisci le loro motivazioni.
- Sviluppare ambientazioni coinvolgenti che migliorano le narrazioni.
- Disegnare trame ben strutturate con periodi chiari.
- Incorporare emozioni e conflitti per stimolare il coinvolgimento.
- Applicare le competenze acquisite a esempi di narrazione personali o professionali.

SFIDE E SUGGERIMENTI:

Sfida: bilanciare esposizione e azione nella narrazione.

Suggerimento: utilizza l'approccio "mostra, non raccontare" per immergere il pubblico nel mondo della storia.

La sfida: mantenere il pubblico coinvolto durante tutta la narrazione.

Suggerimento: introduci colpi di scena inaspettati e mantieni un ritmo costante. **Sfida:** sviluppare voci uniche per personaggi diversi.

Suggerimento: concentrati su modelli di discorso, vocabolario e prospettive distinti.

PRESENTAZIONE:

Inizia salutando i partecipanti e fornendo una panoramica del workshop. Spiega le componenti chiave di una storia, inclusi personaggi, ambientazione, trama, conflitto e risoluzione. Presenta il viaggio dell'eroe come una struttura narrativa. Discuti il significato dei personaggi con cui ci si può identificare e partecipa a una sessione di brainstorming per creare un personaggio con motivazioni e paure. Esplora il ruolo delle ambientazioni nella narrazione, guidando i partecipanti nella descrizione di un ambiente vivido utilizzando dettagli sensoriali.

Introduci la struttura in tre atti e con le sue componenti, aiutando i partecipanti a delineare le loro storie utilizzando questa struttura. Spiega i diversi tipi di conflitto e la loro importanza. Approfondisci come le emozioni guidano il coinvolgimento e lo sviluppo del personaggio.

Riassumi i punti chiave di ogni passaggio e motiva i partecipanti a raccogliere le loro intuizioni in un kit di strumenti personali. Rispondi alle domande e alle preoccupazioni dei partecipanti e crea opportunità per i volontari di condividere i loro schizzi dei personaggi o le linee generali della storia. Concludi riepilogando gli obiettivi e i punti salienti del workshop, sottolineando le ritrovate capacità di narrazione dei partecipanti.

PARTECIPANTI: 15-20 partecipanti con diversi livelli di esperienza nello storytelling.

SPAZIO: una stanza tranquilla e ben illuminata con disposizione dei posti a sedere favorevole alle discussioni e alle attività di gruppo. Se virtuale, assicurati l'accesso a una piattaforma di videoconferenza con funzionalità di stanze separate.

DURATA: 120 minuti

MATERIALE NECESSARIO: Quaderni, matite e penne Proiettore e schermo (se disponibile).

Lavagna e pennarelli
Dispense che riassumono i punti chiave e gli esercizi.
Timer o orologio per gestire i tempi delle attività.



DAI VITA ALLA TUA STORIA

OBIETTIVI:

- Comprendere lo sviluppo del personaggio, inclusi il retroscena e la crescita.
- Creare relazioni dinamiche e autentiche.
- Utilizzare dialoghi e azioni per rivelare i tratti del carattere.
- Esplorare il ruolo dei personaggi nel portare avanti la trama.
- Applicare tecniche avanzate per rendere i personaggi memorabili e riconoscibili

SFIDE E SUGGERIMENTI:

Sfida: bilanciare le narrazioni guidate dai personaggi e dalla trama.

Suggerimento: assicurati che le decisioni dei personaggi siano in linea con le loro motivazioni per una narrazione organica.

Sfida: creare personaggi diversi e multidimensionali.

Suggerimento: ricerca e affronta le differenze caratteriali con rispetto e autenticità.

Sfida: sviluppare personaggi che resino in mente.

Suggerimento: considera i conflitti interni e i momenti di trasformazione per momenti di grande impatto.

PRESENTAZIONE:

Inizia ricapitolando l'importanza dei personaggi nella narrazione e accenna brevemente agli obiettivi del workshop. Discuti la complessità dei personaggi, inclusi il loro passato, i desideri e i difetti, e guida i partecipanti nel brainstorming sugli elementi del retroscena di un personaggio.

Successivamente, esplora come le relazioni tra i personaggi guidano conflitti ed emozioni e conduci una discussione sulla creazione di connessioni significative tra i personaggi.

Spiega come il dialogo e le azioni rivelano i tratti caratteriali, fornendo esempi di sottotesto e caratterizzazione indiretta. Procedi a definire i caratteri dei personaggi e il loro significato nella narrazione e aiuta i partecipanti a delineare il viaggio di crescita o cambiamento di un personaggio. Introduci tecniche avanzate, come ostacoli e anteroi, e condividi suggerimenti per creare personaggi memorabili e riconoscibili. Discutere i modi per incorporare lo sviluppo del personaggio nei progetti in corso dei partecipanti e offri indicazioni sull'adattamento delle tecniche del personaggio ai vari generi.

Rispondi alle domande dei partecipanti e incoraggia la condivisione di approfondimenti sullo sviluppo del personaggio.

Infine, riassumi i principali punti salienti del workshop e sottolinea il ruolo dei personaggi nel condurre narrazioni coinvolgenti.

PARTECIPANTI: 15-20 con diversi livelli di esperienza nello storytelling.

SPAZIO: un ambiente confortevole e tranquillo, fisico o virtuale, che facilita discussioni e attività interattive.

DURATA: 120 minuti

MATERIALE NECESSARIO:
Quaderni, matite e penne
Proiettore e schermo
Lavagna e pennarelli
Dispense che riassumono i punti chiave e gli esercizi.
Timer o orologio per gestire i tempi delle attività.



MODIFICA, PERFEZIONAMENTO E PRESENTAZIONE

OBIETTIVI:

- Comprendere l'impatto delle ambientazioni sulla narrazione complessiva.
- Creare mondi coinvolgenti e vividi attraverso dettagli sensoriali.
- Sviluppare contesti culturali, storici o fantastici per le tue storie.
- Utilizzare le impostazioni per migliorare lo sviluppo del personaggio e i conflitti.
- Applicare tecniche per stabilire l'umore e l'atmosfera nella tua scrittura.

SFIDE E SUGGERIMENTI:

Sfida: valutare oggettivamente il proprio lavoro durante il processo di editing.

Suggerimento: fai delle pause tra la scrittura e la modifica per acquisire una nuova prospettiva.

Sfida: bilanciare l'auto-modifica con la ricezione di feedback esterno **Suggerimento:** combina l'auto-modifica con la ricerca di feedback da fonti attendibili.

Sfida: prepararsi per letture o presentazioni pubbliche.

Suggerimento: esercitati a leggere ad alta voce e a regolare il ritmo per ottenere il massimo impatto.

PRESENTAZIONE:

Ribadire l'importanza delle ambientazioni nello storytelling e introdurre brevemente gli obiettivi del workshop. Quindi, discuti su come le ambientazioni influenzano il tono, l'umore e le interazioni tra i personaggi e condividi esempi di storie famose con forti elementi di ambientazione.

Successivamente, esplora l'uso dei dettagli sensoriali per creare ambientazioni vivide. Guida i partecipanti nel brainstorming delle descrizioni sensoriali di un'ambientazione. Spiega il significato dei contesti culturali, storici o fantastici. Discuti l'interazione tra la costruzione del mondo e il background dei personaggi. Quindi, illustra come le impostazioni possono favorire il conflitto e la crescita del personaggio. Aiuta i partecipanti a considerare le ambientazioni come elementi dinamici delle loro storie. Definisci l'atmosfera e il suo ruolo nella narrazione.

Conduci una discussione sull'uso del linguaggio per evocare sentimenti specifici. Continua discutendo su come i partecipanti possono incorporare la costruzione del mondo nei loro progetti.

Offri suggerimenti per integrare perfettamente ambientazione e atmosfera.

Rispondi alle domande dei partecipanti e incoraggia la condivisione di approfondimenti sulla costruzione del mondo. Infine, riassumi i principali punti salienti del workshop ed evidenzia l'importanza di creare ambientazioni coinvolgenti nella narrazione.

PARTECIPANTI: 15-20

SPAZIO: un ambiente favorevole, fisico o virtuale, che promuove la partecipazione attiva e le discussioni di gruppo.

DURATA: 120 minuti

MATERIALE NECESSARIO:

Quaderni, matite e penne
Proiettore e schermo
Lavagna e pennarelli
Dispense che riassumono i punti chiave e gli esercizi.
Timer o orologio per gestire i tempi delle attività.

TENSIONE, TORSIONE, RISOLUZIONE

OBIETTIVI:

- Comprendere l'importanza della tensione e del conflitto nella narrazione.
- Creare strutture di trama efficaci con sviluppi ben ritmati.
- Creare colpi di scena avvincenti che coinvolgono e sfidano i lettori.
- Sviluppare risoluzioni soddisfacenti che risolvano le questioni in sospeso.
- Applicare tecniche avanzate per aumentare la complessità e la profondità della trama

SFIDE E SUGGERIMENTI:

Sfida: sostenere la tensione e il coinvolgimento durante tutta la narrazione.

Suggerimento: introduci ostacoli e sfide che mantengano i personaggi sulle spine.

Sfida: eseguire colpi di scena senza tradire la logica interna della storia.

Suggerimento: narra la storia in modo avvincente e assicurati che i colpi di scena siano in linea con le motivazioni dei personaggi.

Sfida: elaborare risoluzioni che siano allo stesso tempo appaganti e credibili.

Suggerimento: risolvi i conflitti principali lasciando spazio alla crescita del personaggio.

PRESENTAZIONE:

Sottolinea l'importanza della tensione, dei colpi di scena e delle soluzioni nella narrazione e fornisci una panoramica degli obiettivi del workshop. Quindi, definisci la tensione e il suo ruolo nel guidare la narrazione. Discutere i diversi tipi di conflitto e il modo in cui contribuiscono alla tensione. Spiega il concetto dell'arco narrativo e le sue componenti. Aiuta i partecipanti a delineare la struttura di base della trama di una storia. Discuti lo scopo dei colpi di scena e le aspettative dei lettori. Conduci una sessione di brainstorming per potenziali colpi di scena. Esplora gli elementi di una soluzione soddisfacente e guida i partecipanti a delineare una soluzione che affronti i principali conflitti. Introduci tecniche avanzate come sottotrame e punti di vista multipli. Condividi suggerimenti su come integrare perfettamente la complessità nella narrazione. Discuti su come i partecipanti possono applicare le tecniche di trama ai loro progetti. Offri consigli sulla scelta del giusto equilibrio tra tensione, colpi di scena e risoluzioni. Rispondi alle domande dei partecipanti e incoraggia la condivisione di approfondimenti sullo sviluppo della trama. Infine, riassumi i principali punti salienti del workshop ed evidenzia l'impatto delle dinamiche della trama ben realizzate sulla narrazione.

PARTECIPANTI: 15/20 con vari livelli di esperienza narrativa.

SPAZIO: un ambiente confortevole e tranquillo, fisico o virtuale, che facilita discussioni e attività interattive.

DURATA: 120 minuti

MATERIALE NECESSARIO:
Quaderni, matite e penne
Proiettore e schermo
Lavagna e pennarelli
Dispense che riassumono i punti chiave e gli esercizi.
Timer o orologio per gestire i tempi delle attività.



L'ARTE DELL'AMBIENTAZIONE E DELL'ATMOSFERA

OBIETTIVI:

- Comprendere l'impatto delle ambientazioni sulla narrazione complessiva.
- Creare mondi coinvolgenti e vividi attraverso i dettagli sensoriali.
- Sviluppare contesti culturali, storici o fantastici per le tue storie.
- Utilizzare approcci per migliorare lo sviluppo del personaggio e i conflitti.
- Applicare tecniche per stabilire l'umore e l'atmosfera nella scrittura.

SFIDE E SUGGERIMENTI:

Sfida: bilanciare la costruzione del mondo e la progressione della trama.

Suggerimento: integra perfettamente la costruzione del mondo nelle interazioni dei personaggi e negli eventi della trama.

Sfida: creare ambientazioni immaginarie uniche e credibili.

Suggerimento: mescola ispirazioni del mondo reale con elementi fantasiosi per creare mondi originali.

La sfida: trasmettere l'atmosfera in modo efficace.

Suggerimento: sperimenta un linguaggio descrittivo per evocare emozioni specifiche.

PRESENTAZIONE

Sottolinea l'importanza dell'editing, del perfezionamento e della presentazione nel contesto della tua storia. Descrivi gli obiettivi e la struttura del workshop. Discuti il ruolo del montaggio nel migliorare la qualità della storia e fornisci approfondimenti sulla mentalità e sull'approccio del montaggio.

Successivamente, evidenzia gli errori tipici di grammatica, punteggiatura e struttura e condividi strategie per identificare e correggere gli errori.

Discutere l'importanza della chiarezza, della coerenza e dell'uniformità e guidare i partecipanti a perfezionare un paragrafo per migliorarne la leggibilità.

Esplora le strategie per letture o presentazioni pubbliche efficaci e discuti le tecniche per coinvolgere diversi tipi di pubblico. Condividere il valore del feedback esterno nel migliorare le storie e fornire suggerimenti per ricevere e applicare il feedback in modo costruttivo.

Discuti gli ultimi passaggi prima della presentazione o della pubblicazione e sottolinea l'importanza della correzione di bozze e dei controlli finali. Incoraggia i partecipanti a condividere un breve estratto del loro lavoro e facilita il feedback costruttivo da parte dei colleghi. Infine, riassumi la chiave e i punti salienti del workshop e sottolinea l'importanza del miglioramento e della crescita continui.

PARTECIPANTI: 15/20 con vari livelli di esperienza narrativa.

SPAZIO: un ambiente favorevole, fisico o virtuale, che promuove la partecipazione attiva e le discussioni di gruppo.

DURATA: 120 minuti

MATERIALE NECESSARIO:
Quaderni, matite e penne
Proiettore e schermo
Lavagna e pennarelli
Dispense che riassumono i punti chiave e gli esercizi.
Timer o orologio per gestire i tempi delle attività.

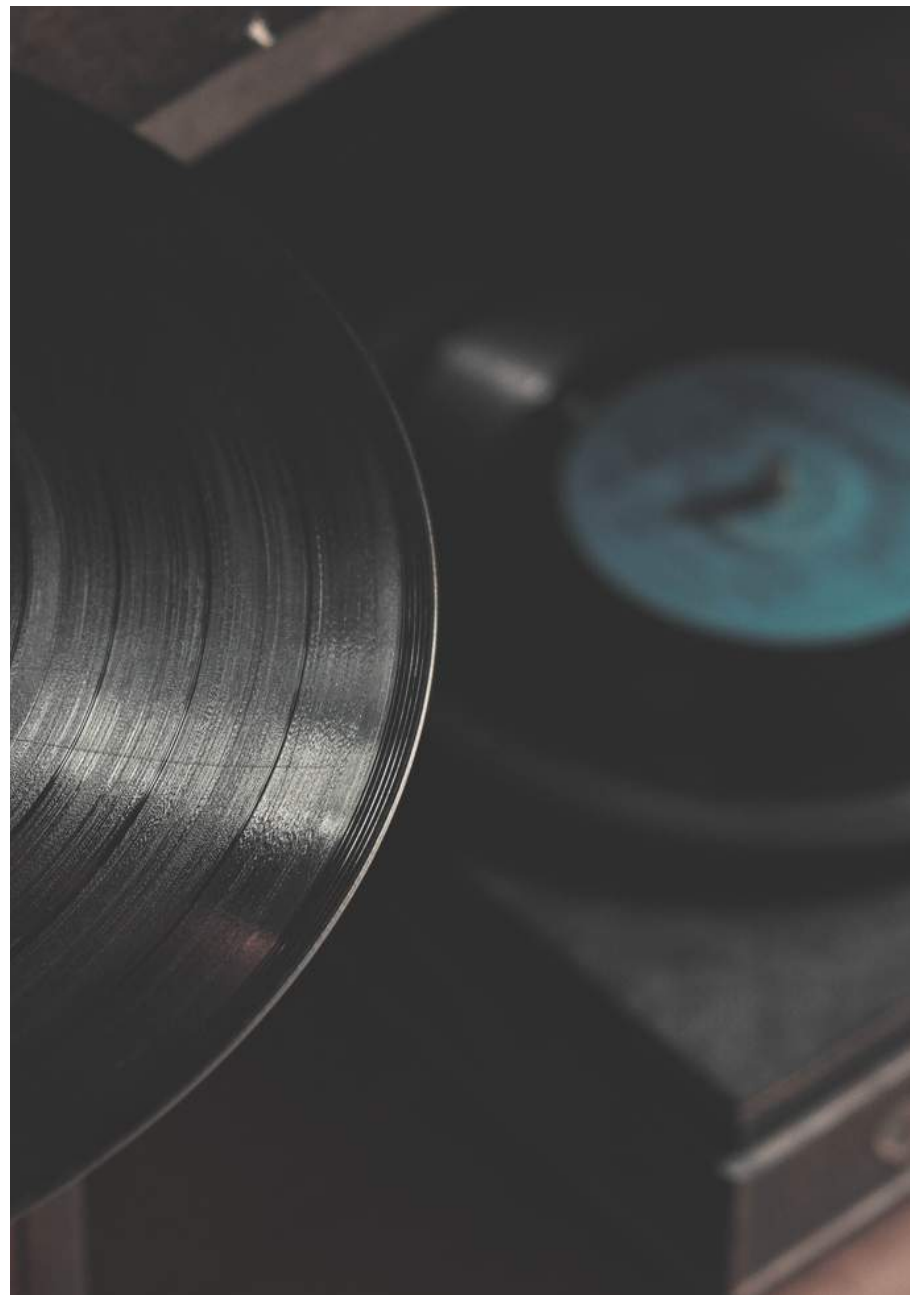
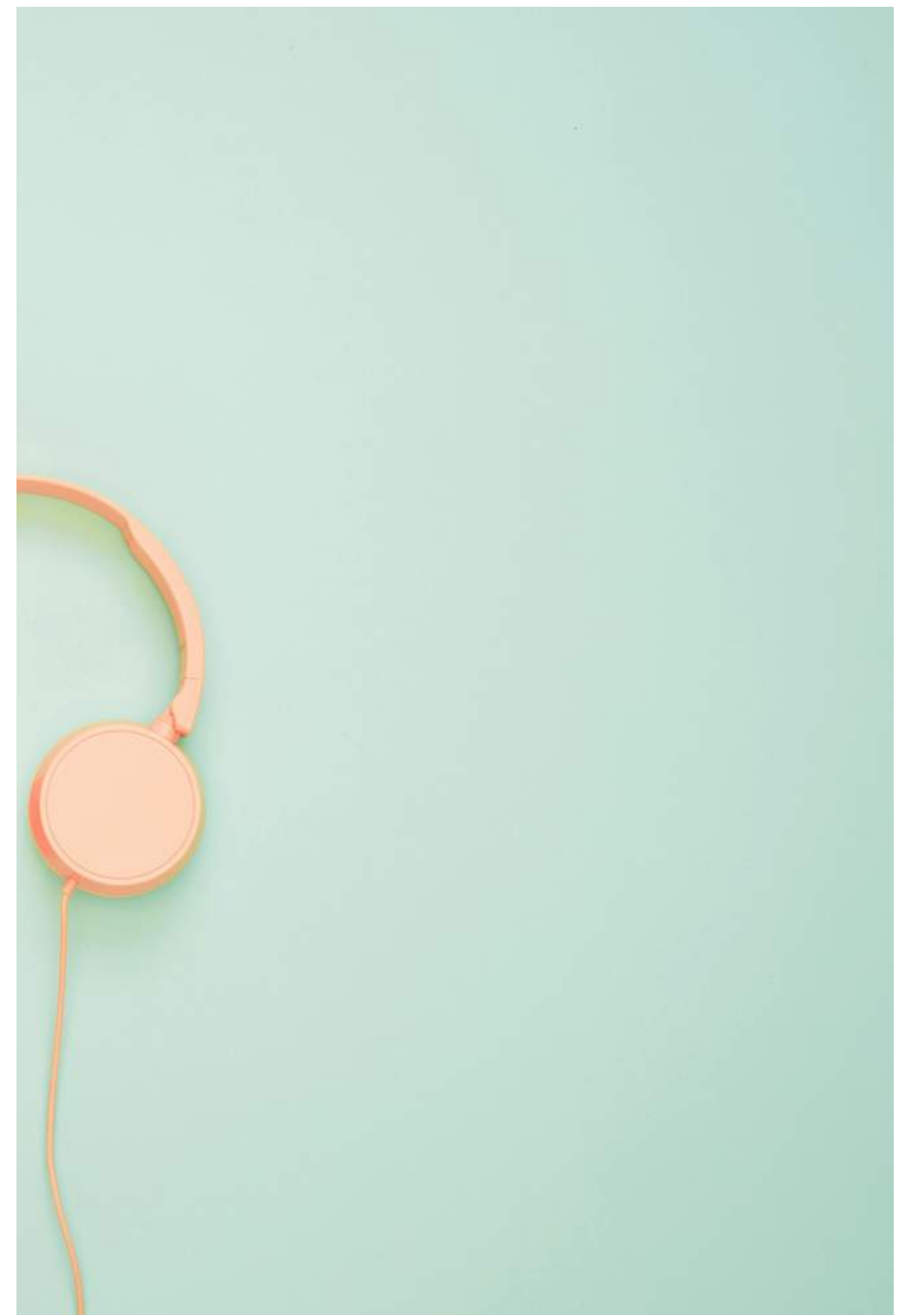
Musica



**SCRIVERE IL
TESTO DELLA
CANZONE**



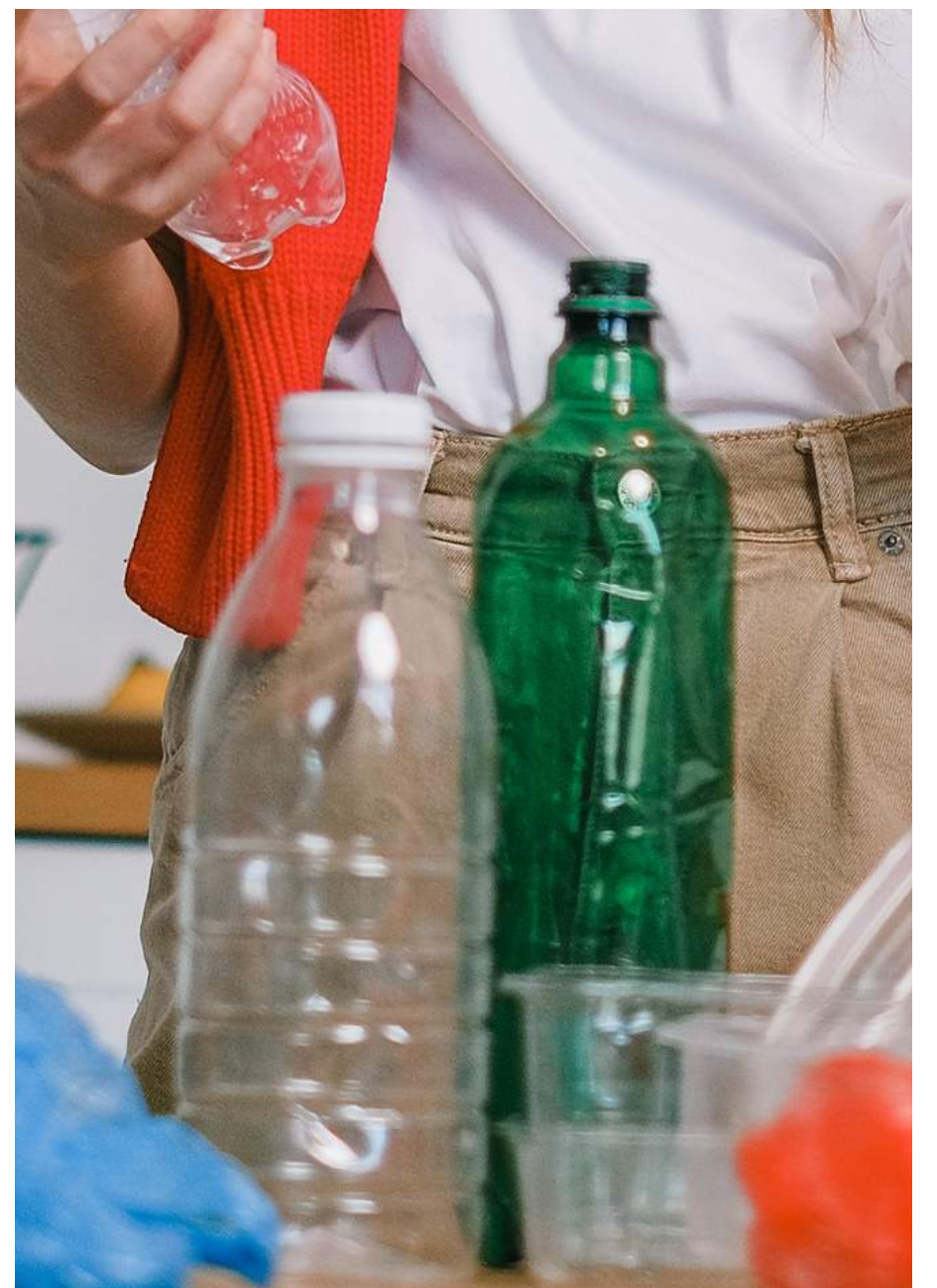
**RISCRIVIAMO LA
CANZONE**



LE MIE MELODIE



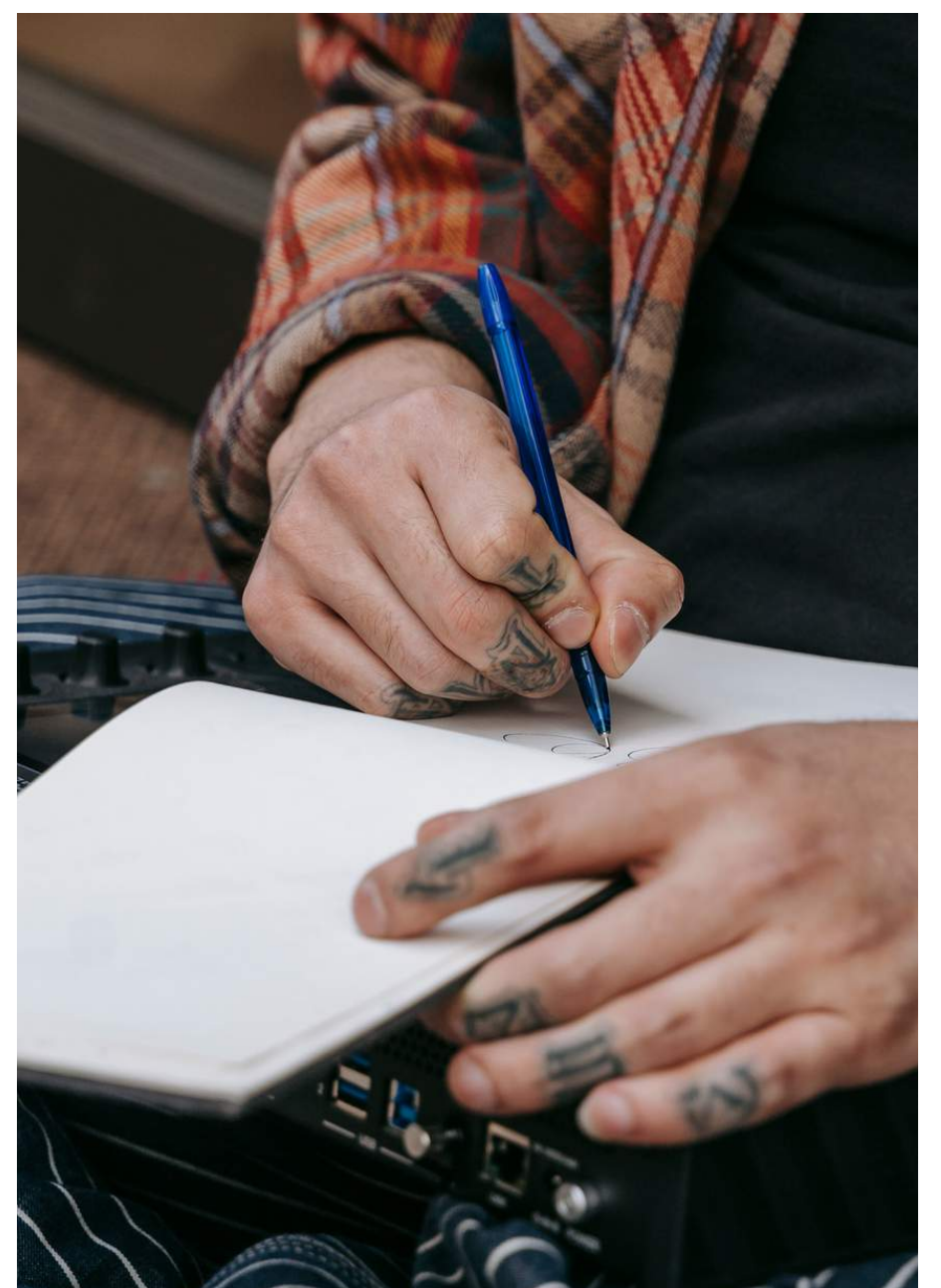
**RITMI
INNOVATIVI**



**CRONOLOGIA
DELLA VITA IN
UNA TRACCIA
MUSICALE**



**UNA PAROLA,
UN VERSO:
LA MIA STORIA
NELLA MIA
CANZONE**





SCRIVERE IL TESTO DELLA CANZONE

OBIETTIVI:

- L'obiettivo è aiutare il detenuto ad avviare il processo di scrittura dei propri testi sulla sua situazione.

SFIDE E SUGGERIMENTI:

Le sfide possono essere che si tratta di qualcosa di nuovo e strano per alcuni detenuti.

PRESENTAZIONE

I testi possono essere scritti in diversi modi. Alcune persone prima scrivono un testo e poi ne fanno la musica, o la fanno fare a qualcun altro. Poi abbiamo quelli che prima creano la musica e poi scrivono i testi. Molti probabilmente sceglieranno anche di fare entrambe le cose allo stesso tempo: hai qualcosa in mente, lo canticchi e crei parole allo stesso tempo.

Decidere un tema. Dovrebbe essere qualcosa che ti coinvolga o qualcosa che trovi comico, triste, strano, eccitante: allora anche il testo sarà più interessante.

Suggerimenti per argomenti dal punto di vista riabilitativo: - una bella storia su una persona che hai incontrato - pensieri sui tuoi processi - amicizia - conseguenze delle scelte - cose che danno fastidio - grandi domande sulla vita - qualsiasi cosa!

Lavora attraverso il materiale. Prova a raccogliere alcune idee in modo che possano avere senso in un verso o crea una sorta di ordine. Sentiti libero di usare i colori e usa lo stesso colore per cerchiare le idee che appartengono allo stesso versetto. Scopri anche quale sarà il ritornello.

qual è la cosa più importante che vuoi dire? Pensa alle battute nelle strofe e pensa al messaggio principale nel ritornello.

Quindi determina la progressione degli accordi o il ritmo.

Stabilisci il finale: come dovrebbe finire il testo? Vuoi che il ritornello venga ripetuto più volte o vuoi sostituire alcune parole per enfatizzare un punto? O ci sarà una specie di verso di chiusura, con una melodia leggermente diversa?

PARTECIPANTI: Insegnanti e studenti di scrittura

SPAZIO: Aula o sala musica.

DURATA: Per la tecnica si possono utilizzare periodi diversi. Per esempio. 4x90 minuti.

MATERIALE NECESSARIO: Un computer e un programma per scrivere (Es. Word). Qualcosa che indichi la tonalità e la progressione degli accordi del testo. Per esempio. una chitarra, un beat, un pianoforte o simili.



RISCRIVIAMO LA CANZONE

OBIETTIVI:

- Analisi critica: incoraggia i partecipanti ad ascoltare e analizzare i testi delle canzoni con un occhio critico e consapevole
- Promuovere il lavoro di squadra e il pensiero creativo all'interno dei sottogruppi durante la sessione di brainstorming, favorendo un ambiente collaborativo e inclusivo.
- Raccontarsi attraverso le parole di una canzone

SFIDE E SUGGERIMENTI:

Sfida: la sfida di questo workshop sta nel fondere la creatività individuale con la collaborazione di gruppo.

Suggerimenti: enfatizzare l'importanza del feedback costruttivo all'interno dei sottogruppi per perfezionare e migliorare il processo collaborativo di scrittura delle canzoni.

Infine, celebra la diversità di idee e prospettive all'interno del gruppo, promuovendo un'atmosfera inclusiva e solidale durante tutto il workshop.

PRESENTAZIONE

In una stanza viene ascoltato e proiettato il testo di una canzone scelta dai partecipanti o suggerita dal facilitatore. Il testo viene letto e analizzato insieme, dando ai partecipanti la possibilità di guardare il brano con un occhio più critico e consapevole. Vengono rivisti e riassunti i diversi tipi di rima e i concetti di strofa e ritornello e vengono preparate schede con semplici definizioni ed esempi prodotti dai partecipanti.

A questo punto inizia l'attività più creativa. Vengono suggeriti alcuni temi per le canzoni e il tema può essere scelto insieme ai partecipanti. Una volta scelto il tema della canzone, il gruppo si divide in diverse strofe e in un ritornello (se presente).

All'interno dei gruppi, fai un brainstorming per ottenere quante più idee possibili per le rime. È utile avere la base della canzone in sottofondo in modo da poter testare le strofe mentre lavori.

Terminato il lavoro nei sottogruppi, il gruppo si riunisce per provare il brano nel suo insieme e dargli unità con le correzioni finali.

Chiusura: Raccogliere riflessioni sul lavoro svolto e cantare o leggere la canzone.

PARTECIPANTI: +/- 15

SPAZIO: Aula o sala musica.

DURATA: Circa 2 ore

MATERIALE NECESSARIO:
Computer con connessione Internet per selezionare un brano.
Stampante per stampare i testi su cui lavorare
Proiettore per visualizzare e discutere i testi
Carta e penne



LE MIE MELODIE

OBIETTIVI:

- Incoraggiare i partecipanti a liberare la propria creatività e immaginazione connettendosi con le emozioni e le immagini ispirate da diversi brani musicali.
- Promuovere la capacità di tessere una storia avvincente, incorporando elementi come personaggi, ambientazione e trama, tutti influenzati dalla musica scelta.
- Esplorare il ruolo della musica nell'evocare ed esprimere emozioni all'interno di un contesto narrativo.

SFIDE E SUGGERIMENTI:

Sfida: alcuni partecipanti potrebbero trovare difficile iniziare le loro storie o sviluppare una trama.

Suggerimenti: chiedere ai partecipanti di incorporare elementi simbolici della musica nelle loro storie, approfondendo la connessione tra le esperienze uditive e scritte.

Sii flessibile con la struttura e il formato delle storie.

PRESENTAZIONE

Suona diversi brevi brani di musica strumentale e chiedi ai partecipanti di chiudere gli occhi e lasciare che la musica guidi la loro immaginazione. Incoraggiali a scrivere eventuali sentimenti, immagini o storie che vengono in mente mentre ascoltano ogni traccia.

Dopo l'esplorazione, chiedi ai partecipanti di scegliere una traccia che li ha ispirati di più. Questa sarà la "melodia" della loro storia.

I partecipanti svilupperanno ora un racconto basato sulla melodia scelta. Dovrebbero incorporare le emozioni e le immagini ispirate dalla musica nelle loro storie. Ricordare loro di concentrarsi sul linguaggio descrittivo e sull'impostazione dell'atmosfera.

Alla fine dell'attività, se il tempo lo consente, i partecipanti possono leggere le loro storie o creare una breve performance drammatica accompagnata dalla loro melodia. Ciò aggiunge una dimensione multisensoriale all'esperienza narrativa. Discuti su come diversi brani musicali abbiano influenzato le loro storie ed esplora la varietà di narrazioni che possono emergere dallo stesso brano musicale.

PARTECIPANTI: Non c'è limite numerico

SPAZIO: Aula o sala musica.

DURATA: il tempo suggerito potrebbe essere di circa 2 - 2,5 ore.

MATERIALE NECESSARIO: Una varietà di brani musicali strumentali o brani con stati d'animo diversi (felice, triste, avventuroso, misterioso, ecc.)
Lettore musicale
Carta e strumenti di scrittura per i partecipanti.



RITMI INNOVATIVI

OBIETTIVI:

- Sviluppare la creatività musicale utilizzando strumenti non convenzionali.
- Stimolare la collaborazione tra detenuti attraverso la creazione collettiva di ritmi.
- Promuovere un approccio terapeutico attraverso l'espressione musicale.

SFIDE E SUGGERIMENTI:

Sfida: crea un ritmo coinvolgente utilizzando solo gli oggetti disponibili nell'ambiente carcerario.

Registra e documenta il ritmo creato.

Suggerimento: sperimenta suoni diversi degli oggetti per creare percussioni uniche.

Suggerimento: utilizza dispositivi mobili o altri mezzi disponibili per registrare la produzione musicale.

PRESENTAZIONE

Il formatore inizia l'attività presentando l'obiettivo di creare ritmi unici utilizzando solo materiali disponibili nell'ambiente carcerario.

I detenuti sono organizzati in gruppi e viene loro chiesto di esplorare i materiali a portata di mano, come contenitori di plastica, utensili da cucina, lattine vuote o qualsiasi oggetto in grado di produrre suoni.


La sfida è che ogni gruppo crei un ritmo della durata di almeno un minuto. Il formatore incoraggia la sperimentazione e la comunicazione tra i partecipanti, promuovendo l'uso di trame e suoni diversi per costruire percussioni uniche. Dopo aver creato i ritmi, ai gruppi viene chiesto di registrare le loro composizioni. Giunti alla fase finale, ogni gruppo presenta la propria creazione al resto del gruppo. Il formatore conduce una discussione sulle scelte valide fatte, sull'esperienza della creazione e sui possibili benefici terapeutici dell'attività.

PARTECIPANTI: Non c'è limite numerico

SPAZIO: Aula o sala musica.

DURATA: il tempo suggerito potrebbe essere da 1 a 1,5 ore circa.

MATERIALE NECESSARIO: Qualsiasi oggetto nella stanza che possa emettere un suono. Ad esempio penne, contenitori di plastica, utensili da cucina, lattine vuote, bottiglie,...



UNA PAROLA, UN VERSO: LA MIA STORIA NELLA MIA CANZONE

OBIETTIVI:

- Promuovere un senso di connessione personale e riflessione.
- Creare un'esperienza emotiva e significativa per ogni partecipante.
- Incoraggiare l'espressione creativa e l'integrazione delle narrazioni personali in un processo creativo collettivo.

SFIDE E SUGGERIMENTI:

Sfida: alcuni partecipanti potrebbero scegliere canzoni con un significato personale o emotivo, e può essere difficile gestire le risposte che possono sorgere durante l'attività.

Sfida: concedere tempo sufficiente a ciascun partecipante per condividere la propria canzone e contribuire con una strofa o un ritornello.

Suggerimento: è importante garantire un'atmosfera sicura e di supporto in cui i partecipanti si sentano a proprio agio nell'esprimere i propri sentimenti e nel condividere storie personali.

Suggerimento: includere momenti di riflessione durante e dopo l'attività per condividere sentimenti e pensieri, favorendo così una comprensione più profonda dell'impatto dell'attività sulle loro narrazioni personali.

PRESENTAZIONE

Ogni partecipante è invitato a scegliere un brano che ha segnato la sua vita.

Se nel gruppo ci sono meno di 10 persone i brani possono essere suonati uno dopo l'altro, oppure se il gruppo è numeroso si può suonare solo una parte del brano per chi vuole condividerlo.

I partecipanti possono introdurre la propria canzone e sedersi o muoversi per la stanza mentre ascoltano la musica. Una volta ascoltate tutte le canzoni, possono cercare i testi su Internet o stamparli se è disponibile una stampante. Successivamente, ognuno cerca una parola nella propria canzone che abbia un significato particolare nella storia della propria vita.

Vengono poi distribuiti fogli e penne e i partecipanti sono invitati ad aggiungere una strofa alla canzone o scrivere un nuovo ritornello partendo dalla parola che hanno scelto.

Qualcosa che riguardi il presente, la loro storia adesso. Vengono concessi circa 30 minuti per scrivere il testo e quando il gruppo ha finito ci riuniamo in cerchio e tutti condividono con il gruppo cantando o leggendo la propria strofa o ritornello.

È sempre importante lasciare uno spazio per condividere come si sono sentiti prima, durante e dopo l'attività e facilitare un momento di condivisione dell'esperienza.

PARTECIPANTI: +/- 10

SPAZIO: qualsiasi spazio o sala da musica.

DURATA: il tempo suggerito potrebbe essere da 1 a 1,5 ore circa.

MATERIALE NECESSARIO:
altoparlante, stampante (opzionale), documenti, penne, connessione internet, telefono o laptop

CRONOLOGIA DELLA VITA CON BRANI MUSICALI

OBIETTIVI:

- Impegnarsi in un'auto-riflessione ponderata creando una sequenza temporale delle proprie vite
- Promuovere la connessione emotiva e l'introspezione mentre i partecipanti esplorano l'impatto di canzoni specifiche sulla loro vita, creando una comprensione più profonda del ruolo della musica nella loro narrativa personale.

SFIDE E SUGGERIMENTI:

Sfida: i partecipanti possono affrontare sfide emotive mentre rivivono eventi significativi della vita attraverso le canzoni.

Sfida: ostacoli tecnici (se si utilizzano laptop). Alcuni partecipanti potrebbero avere difficoltà a utilizzare la piattaforma digitale, quindi i facilitatori dovranno fornire supporto e guida.

Suggerimento: crea un'atmosfera aperta e non giudicante affinché i partecipanti possano esprimere liberamente esperienze ed emozioni personali.

Preparati a offrire supporto e risorse ai partecipanti che affrontano ricordi difficili.

Suggerimento: se vengono utilizzati i laptop, fornire un breve tutorial per garantire che i partecipanti possano combinare gli elementi della canzone in modo efficace.

PRESENTAZIONE

I partecipanti disegnano su carta una cronologia della loro vita, segnando tappe importanti. Per ogni momento, i partecipanti scrivono il titolo e l'artista di una canzone che combacia con quel periodo della loro vita.

Condividi le loro sequenze temporali in piccoli gruppi o coppie e discuti il significato di ogni canzone scelta. Facilitare una breve riflessione sulle emozioni e sui ricordi associati a ciascuna sequenza temporale.

Seconda parte: creazione di brani tramite computer, se i computer sono disponibili. Per i partecipanti che hanno accesso ai computer, guidali ad assemblare digitalmente frammenti o testi delle canzoni identificate sulla loro cronologia. Incoraggia la creatività nel combinare elementi per creare una canzone unica e personalizzata che rappresenti il loro viaggio di vita.

Alla fine del workshop, i partecipanti si riuniscono per condividere le loro canzoni uniche con il gruppo. Incoraggia i partecipanti a discutere il processo creativo e le emozioni evocate dalla composizione finale.

PARTECIPANTI: Non c'è alcun limite numerico, dipende dalla disponibilità dei computer portatili
SPAZIO: Aula o sala musica.

DURATA: il tempo suggerito potrebbe essere di circa 2 ore.

MATERIALE NECESSARIO: Altoparlante o lettore musicale.
Strumenti cartacei e di scrittura per i partecipanti.
Laptop con un programma digitale per tagliare pezzi delle canzoni e metterli insieme in un'unica traccia

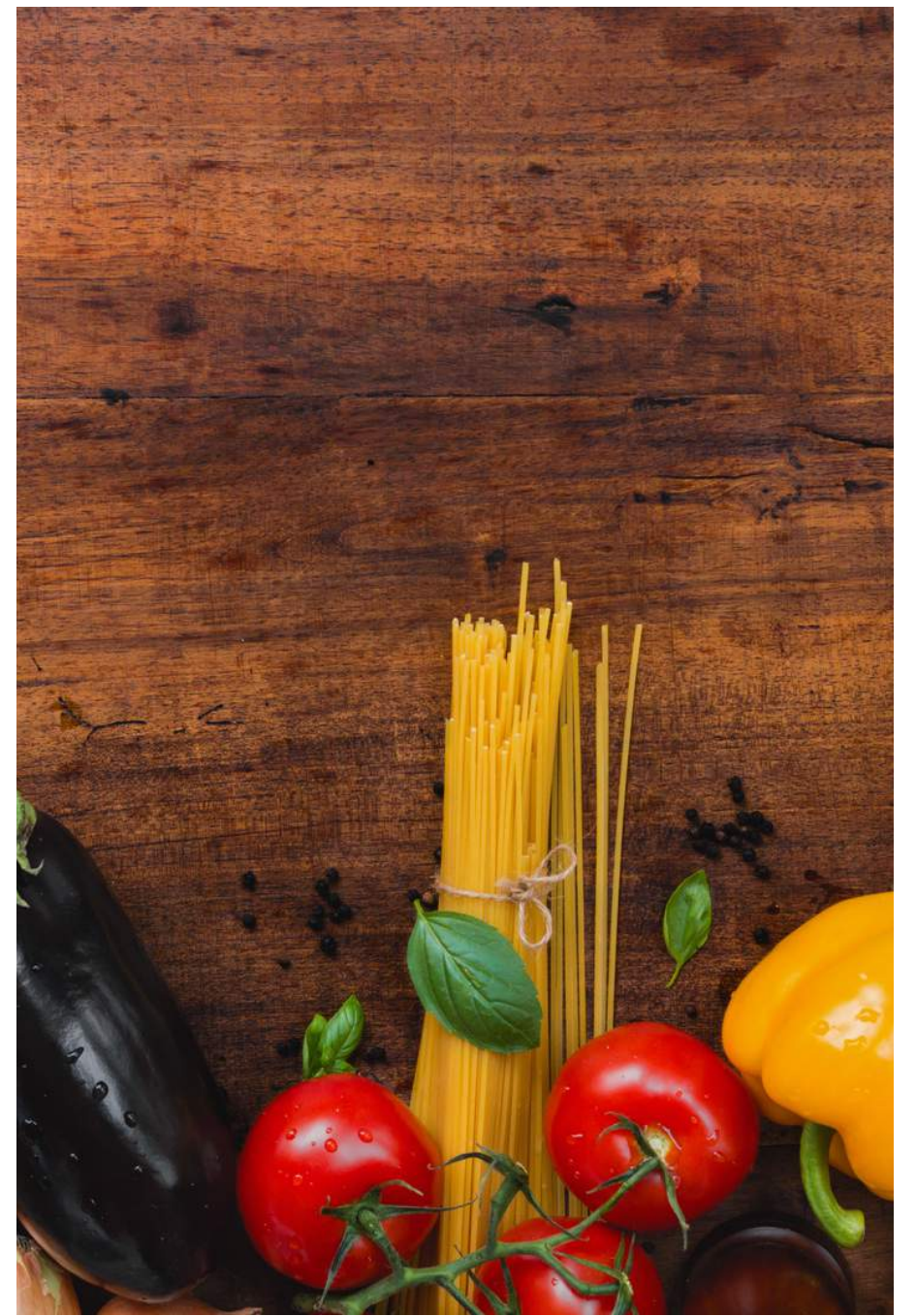
Arte espressiva



**BIBLIOTECA
VIVENTE**



**GUSTO DELLE
STORIE**



**LA STORIA
DELLA TUA
CICATRICE**



**LA STORIA DEL
TUO TATUAGGIO**



**UNA STORIA IN
UN BARATTOLO**



ETICHETTE





LA STORIA DEL TUO TATUAGGIO

OBIETTIVI:

- Scoprire come i tatuaggi fungono da forma di narrazione personale.
- Incoraggiare i partecipanti a condividere le storie dietro i loro tatuaggi, favorendo l'espressione di sé e la comprensione.
- Facilitare un dialogo sulle diverse ragioni per farsi un tatuaggio, come onorare qualcuno, esprimere ideali o modellare l'identità.

SFIDE E SUGGERIMENTI:

- Esplora storie di tatuaggi sensibili creando uno spazio sicuro e rispettoso.
- Promuovi l'inclusività ampliando la conversazione per includere prospettive sulla body art.

PRESENTAZIONE

In che modo i tatuaggi raccontano una storia?

I tatuaggi sono stati per secoli una forma di narrazione: ogni linea, forma, colore e forma tracciavano una narrazione particolare. Sebbene non si tratti di una tela di un quadro, i tatuatori danno spazio a un'arte significativa sul corpo umano, raffigurando le storie più care della persona. Una grande differenza con le cicatrici è che vengono posizionate intenzionalmente e non sono il risultato di un evento traumatico.

Cosa racconta un tatuaggio di una persona?

Secondo uno studio il 22% (su 540 individui) possedeva almeno un tatuaggio.

Ulteriori analisi hanno mostrato che, rispetto agli individui non tatuati, i partecipanti tatuati avevano punteggi significativamente più alti in termini di estroversione, ricerca di esperienze, bisogno di unicità.

Racconta la storia del tuo tatuaggio:

È per onorare qualcuno?

Riguarda i tuoi ideali?

È perché esprime una certa identità?

Perché hai deciso di posizionare il tatuaggio in una certa parte del corpo?

PARTECIPANTI: +/- 10

SPAZIO: ovunque, dovrebbe essere uno spazio sicuro per condividere storie

DURATA: circa 10 minuti ciascuno, a seconda del numero di partecipanti.

MATERIALE NECESSARIO: Nessun materiale necessario.

C'è la possibilità di scrivere la storia invece di raccontarla ad alta voce. In questo caso avrai bisogno di carta e penne.

LA STORIA DELLA TUA CICATRICE

OBIETTIVI:

Espressione terapeutica:

- Consentire ai partecipanti di esprimere storie personali sulle cicatrici per una crescita emotiva.
- Promuovere l'empatia e la connessione attraverso storie condivise di resilienza.

SFIDE E SUGGERIMENTI:

Sfida: alcuni partecipanti potrebbero provare vergogna o riluttanza nel condividere le storie dietro certe cicatrici.

Suggerimento: stabilire un'atmosfera solidale e non giudicante, sottolineando l'importanza della scelta personale nella condivisione, garantendo che i partecipanti si sentano al sicuro. Fornire risorse per affrontare storie più traumatiche con sensibilità e compassione.

PRESENTAZIONE

Ogni cicatrice ha la sua storia, il suo posto nel tempo, i suoi luoghi e i suoi personaggi. Le storie di cicatrici sono capitoli della tua autobiografia. Ogni cicatrice è un ricordo fisico con un'eco emotiva. Ci sono cicatrici fisiche ma anche cicatrici emotive e cicatrici psicologiche.

La maggior parte delle persone ha cicatrici, che risalgono spesso all'infanzia, e che inevitabilmente ricordano il passato.

Forse sei caduto dalla bicicletta o da una casa sull'albero.

Altre cicatrici sono più grandi, più traumatiche e presentano ricordi associati che sono stati deliberatamente relegati negli angoli più oscuri della mente.

Le cicatrici raccontano una storia e non dovremmo vergognarci di raccontarla. Alcune persone cercano di nascondere le proprie cicatrici. Per quelli più piccoli è facile, quelli più grandi sono più difficili da nascondere.

Racconta la storia della tua cicatrice, descrivi cosa è successo, descrivi come tutti i tuoi sensi hanno vissuto l'evento/incidente.

Cosa hai sentito, cosa hai visto intorno a te, cosa hai sentito, che odore e che sapore ti riporta alla mente,... Dov'eri, quanti anni avevi...

PARTECIPANTI: +/- 10

SPAZIO: ovunque, dovrebbe essere uno spazio sicuro per condividere storie

DURATA: circa 10 minuti ciascuno, a seconda del numero di partecipanti.

MATERIALE NECESSARIO:

Nessun materiale necessario. C'è la possibilità di scrivere la storia invece di raccontarla ad alta voce. In questo caso avrai bisogno di carta e penne.



UNA STORIA IN BARATTOLO

OBIETTIVI:

Collaborazione creativa:

- Promuovere il lavoro di squadra e la collaborazione creativa tra i partecipanti mentre lavorano insieme per tessere una storia coerente e coinvolgente utilizzando elementi scelti casualmente.
- Incoraggiare l'esplorazione di diverse prospettive e idee all'interno di ciascun gruppo.

Abilità di narrazione spontanea:

- Migliorare la capacità dei partecipanti di pensare con le proprie gambe e creare spontaneamente narrazioni avvincenti combinando elementi disparati.
- Sviluppare fiducia nello storytelling improvvisato e ispira i partecipanti ad abbracciare l'inaspettato nel loro processo creativo.

SFIDE E SUGGERIMENTI:

Sfide: integrare elementi disparati per una narrazione coerente e bilanciare i tempi di pianificazione con l'esecuzione efficace delle prestazioni.

Suggerimenti: incoraggiare il pensiero creativo e la comunicazione aperta, allocare saggiamente il tempo ed enfatizzare un processo decisionale rapido.

PRESENTAZIONE

Prepariamo quattro barattoli di vetro con coperchi di colore diverso.

Ogni barattolo conterrà un tema diverso:

- Un luogo
- Un personaggio (persona, animale, personaggio di fantasia)
- Un oggetto
- Un verbo

Ai partecipanti vengono consegnati dei piccoli fogli di carta che dividono in quattro. Dovranno quindi scrivere un luogo su un pezzo di carta, un carattere sull'altro e così via.

Ogni barattolo deve contenere almeno 10 carte prima dell'inizio dell'attività.

I partecipanti vengono divisi in due o più gruppi, a seconda del numero dei partecipanti (max. 5 persone per gruppo).

Ogni gruppo prende una carta da ogni barattolo e alla fine ottiene 4 parole. Il gruppo con queste 4 parole dovrà creare una storia e presentarla attraverso una piccola performance o in alternativa un video.

I partecipanti sono liberi di interpretare la storia nel modo in cui si sentono più a loro agio.

PARTECIPANTI: massimo 20

SPAZIO: ovunque, dovrebbe essere sempre uno spazio sicuro per condividere storie ed esibirsi.

DURATA: 60-120 minuti

MATERIALE NECESSARIO: barattoli di vetro, carta, pennarelli, forbici. E una telecamera se si vuole fare un video.

BIBLIOTECA VIVENTE



OBIETTIVI:

- Promuovere l'empatia e la comprensione attraverso conversazioni tra persone provenienti da contesti diversi.
- Creare una piattaforma per un dialogo aperto e rispettoso che sfidi gli stereotipi.
- Stimolare uno spazio sicuro che valorizzi le esperienze vissute e enfatizzi l'ascolto attivo e la comunicazione rispettosa.

SFIDE E SUGGERIMENTI:

Sfida: Durante il workshop potrebbero emergere argomenti delicati come lo stile di vita, la salute o l'ideologia. Alcune domande potrebbero essere scomode per la persona.

Suggerimento: sottolinea l'importanza dell'empatia, dell'apertura e del rispetto reciproco nell'approccio ad argomenti delicati. Garantire Privacy e Rispetto. Incoraggia i partecipanti a essere consapevoli dei confini e a dare priorità alla creazione di uno spazio confortevole e sicuro per la condivisione.

PRESENTAZIONE

Ogni vita è una storia, ogni vita è un libro. La Biblioteca Vivente, a volte chiamata biblioteca umana, è nel vero senso della parola una biblioteca di persone con una storia da condividere.

Durante un evento in biblioteca vivente sono presenti diverse persone, alcune di loro sono invitate perché hanno una storia interessante da condividere. I "lettori" possono "prendere in prestito" le persone che fungono da libri aperti, sedersi insieme e conversare con loro.

Spesso i libri umani rappresentano un gruppo nella nostra società che è soggetto a pregiudizio, stigmatizzazione o discriminazione a causa del proprio stile di vita, credo, disabilità, status sociale, origine etnica ecc.

La Biblioteca Umana mira a stabilire un quadro positivo e uno spazio sicuro per il dialogo tra i lettori e un libro umano. Il concetto si basa su una conversazione personale piuttosto che su una presentazione o una conferenza. Non è solo una storia, è un coinvolgimento e un'interazione, una domanda e risposta da una prospettiva vissuta.

Le "regole per i lettori" sono semplici:

- rispettare il libro
- essere curioso
- riconsegnare il libro in tempo e nelle stesse condizioni in cui ti è stato consegnato.

Entrambe le parti hanno il diritto di recedere dal prestito in qualsiasi momento.

Altri argomenti nella biblioteca umana includono la dipendenza, le relazioni familiari, il genere/sessualità, la salute, l'ideologia, lo stile di vita, l'occupazione e la religione.

Le regole d'oro della biblioteca sono il rispetto degli altri e silenziare i telefoni. Per garantire una buona esperienza in biblioteca, proteggere la privacy personale di tutti.

PARTECIPANTI: Nessun limite di numero

SPAZIO: ovunque, dovrebbe essere uno spazio sicuro per condividere storie

DURATA: 30-60 minuti

MATERIALE NECESSARIO: Poche sedie, a seconda del numero dei partecipanti

IL GUSTO DELLE STORIE

OBIETTIVI:

Raccontare storie e cucinare insieme

- Per connettere le persone dentro e fuori le mura del carcere.
- Scambio di impressioni/ricordi/emozioni/gusti in modo attraente.
- Rispetto e curiosità/interesse reciproco
- La condivisione è la cura. La condivisione del cibo ancora di più
- Tutte le ricette e le storie sono raccolte in un opuscolo.
- Creare mondi emozionanti e vivaci con dettagli sensoriali

SFIDE E SUGGERIMENTI:

I partecipanti spesso si incontrano per la prima volta; è difficile raccontare la propria storia personale. Il concetto però è accessibile a tutti.

- Questo workshop darà vita a meravigliose storie sul cibo.

Alcune storie/ricordi possono essere carichi emotivamente, tienilo a mente

- Chiedi a ogni persona di strutturare/presentare la propria storia in modo simile: chi sono, età, paese di origine, memoria, ricetta, cosa ti suscita,... in questo modo crei una struttura ed eviti di parlare in modo confuso.

PRESENTAZIONE

I prigionieri provenienti dal carcere e le persone esterne al carcere si incontrano in momenti diversi.

Insieme scopriranno le storie dietro la ricetta preferita di tutti. Impareranno come condividere la loro storia con il gruppo in modo divertente.

Andiamo in cucina e cuciniamo ogni ricetta. In questo modo assaggi letteralmente le storie che abbiamo condiviso.

Metodo pratico in passaggi:

1. Ogni partecipante chiude gli occhi: (il facilitatore pone le seguenti domande)

- Immergiti nel pensiero, nel ricordo di quando hai gustato intensamente il cibo, l'odore del cibo delizioso.
- Con chi eri in quel momento (genitori/familiari/amici,..); Chi stava cucinando? Dov'eri allora?
- Immagina se potessi assaggiare queste prelibatezze di quel momento:
- Quali odori ti vengono in mente? Ricordi qualche sapore?
- Ci sono ingredienti specifici che ti sono piaciuti?
- Cosa ti passa per la mente? Che sensazione ti dà ?
- Qual è stata la tua ricetta/piatto preferito?
- Quando è stato preparato/mangiato (festa, occasione speciale,..)
- Potresti preparare anche tu quei piatti?

Immagina di tornare in quel posto. Aggrappati ai sentimenti e alle impressioni. Se necessario scrivi parole o ricordi

2. Racconta al gruppo di questo viaggio culinario personale: condividi i tuoi ricordi e ascolta le altre storie

- Ci sono storie simili? (magari provenienti da regioni diverse/uso di ingredienti simili/metodi di preparazione,..)
- Quali ingredienti sono importanti nella tua ricetta? Perché?

Il gruppo è diviso in gruppi da 2/3 (detenuto + esterno) o Decidete tra di voi quali ricette preparare (ordine).

3. Vai in cucina e metti al lavoro.

- Cucina la tua ricetta preferita, racconta come la prepari e perché è speciale per te
- Sedetevi insieme al tavolo e goditi/assaggia tutte le prelibatezze. Condividi i tuoi piatti e, soprattutto, condividi la gioia della condivisione del cibo.

In questo modo i partecipanti assaporano letteralmente le storie che hanno condiviso tra loro. Successivamente, prenditi del tempo per condividere le tue ricette ed esperienze da questo workshop.

PARTECIPANTI: +/- 6 persone da entrambi i gruppi

SPAZIO: interno carcere: sala riunioni + cucina

DURATA: possibili diverse formule: f.i. una volta alla settimana/un pomeriggio durante le diverse settimane

MATERIALE NECESSARIO:

- Fogli di carta
- Materiale per scrivere (penne, matite, altri strumenti)
- Cucina e materiali da cucina, ingredienti
- qualcuno che prende appunti

ETICHETTE



OBIETTIVI:

- Riconoscere e sfidare gli stereotipi associati alle etichette, favorendo una comprensione più profonda di come le nozioni preconcepite possono modellare le interazioni.
- Promozione della collaborazione creativa: facilitare un ambiente che promuova il pensiero creativo e la collaborazione, evidenziando il potenziale di diverse prospettive nella narrazione.

SFIDE E SUGGERIMENTI:

Spesso ci vengono assegnate molte etichette nella vita di tutti i giorni e questo può avere un impatto sulla nostra salute mentale e sulle nostre relazioni con noi stessi e con gli altri. Questa attività può muovere le emozioni e la sensibilità delle persone.

Suggerimento: crea uno spazio sicuro in cui le persone possano sentirsi libere di esprimere le proprie emozioni e sottolinea l'importanza dell'ascolto attivo

PRESENTAZIONE

Crea etichette con le descrizioni dei personaggi. Includi un mix di personaggi reali e immaginari (ad esempio, dottore, detenuto, adolescente, cantante, poliziotto, supereroe). Attacca un'etichetta sulla schiena di ciascun partecipante senza rivelargliela e assicurati che i personaggi siano diversi e intriganti per suscitare storie fantasiose.

Chiedi ai partecipanti di socializzare nella stanza, camminando e guardandosi l'un l'altro in silenzio.

Incoraggia i partecipanti ad osservarsi a vicenda e potranno iniziare a comunicare tra loro senza rivelare alla persona a cui si rivolgono il personaggio che rappresentano e che hanno attaccato sulla schiena.

Dopo un tempo prestabilito, introduci una svolta narrativa (ad esempio, un alieno è arrivato in città, una borsa è stata rubata).

Chiedere ai partecipanti di interagire con gli altri per tessere insieme una narrazione, creando una storia breve e fantasiosa. Riunisci i partecipanti e offri a ciascuno l'opportunità di condividere la storia, la propria esperienza e le proprie emozioni.

Dopo che tutti hanno condiviso le proprie esperienze senza conoscere il proprio personaggio, chiedi ai partecipanti di indovinare il proprio personaggio in base alle storie condivise.

Rivela etichette: chiedi ai partecipanti di guardare l'etichetta sulla schiena per scoprire il personaggio assegnato.

Discussione: facilitare una discussione di gruppo su come le etichette hanno influenzato le loro interazioni e la narrazione.

Esplora i sentimenti associati alle etichette assegnate, alle ipotesi formulate, all'impatto sulla costruzione di connessioni e al modo in cui ha influenzato la narrazione.

Riflessione: chiedi ai partecipanti di riflettere su come le etichette possono influenzare le percezioni e le interazioni con gli altri nelle situazioni di vita reale.

Incoraggia la discussione sulla rottura degli stereotipi e sulla promozione dell'apertura mentale.

- In che modo le etichette hanno influenzato le tue interazioni e la tua narrazione?
- Come ti sei sentito trattato dagli altri?
- In che modo le ipotesi basate sulle etichette influenzano la nostra percezione degli altri?

Questa attività mira a creare un'esperienza coinvolgente e stimolante, favorendo la discussione sull'impatto delle etichette sulle dinamiche interpersonali e sulla narrazione.

PARTECIPANTI: 10-20

SPAZIO: spazio interno, assicurarsi che ci sia spazio sufficiente per consentire ai partecipanti di muoversi

DURATA: modulabile in base alla dimensione del gruppo, 60-90 minuti

MATERIALE NECESSARIO:

- Etichette con descrizioni di personaggi (reali e immaginari).
- Penne/pennarelli.
- Timer.

conclusione

Incorporando lo storytelling nel tuo approccio educativo, hai l'opportunità di ispirare cambiamenti positivi e crescita personale tra gli individui. Ricorda che ogni storia ha il potenziale per abbattere le barriere, coltivare empatia e creatività e contribuire a un profondo cambiamento di prospettiva.

Lo storytelling è visto come un linguaggio universale che collega persone provenienti da contesti diversi e promuove un senso di umanità condivisa.

I workshop contenuti in questo toolkit sono inviti a esplorare, connettersi e ispirare. Insieme, continuiamo a sfruttare il profondo impatto della narrazione e contribuiamo a un mondo in cui la condivisione di storie diventa una forza per un cambiamento positivo, sia all'interno dell'ambiente carcerario che nella comunità più ampia.

Questo kit di strumenti per lo storytelling è il risultato di un lavoro collaborativo, un prodotto della dedizione e della passione dei partner del progetto GUTS.

Grazie per aver intrapreso con noi il viaggio utilizzando questo toolkit e che le tue narrazioni continuino a plasmare un futuro pieno di crescita personale, comprensione e creatività.



colophon



CONSORZIO GUTS

Joana Oliveira, Victor Santos - Form2you (Portogallo); Alice Pastorelli, Ivan Verardi, Silvia Paradiso, Michele Bramo - Cooperativa sociale Il Faro (Italia); Roberto Righi - STEPS (Italia); Ed Santman, Ankie Till, Peter Van Olmen - Changes&Chances (Olanda); Bloeme van Roemburg - De Rode Antraciet vzw (Belgio); Torbjørn Rodal - Jessheim vgs (Norvegia)

FINANZIAMENTI

Questo progetto è stato finanziato con il sostegno della Commissione Europea nell'ambito del programma Erasmus+.

La responsabilità esclusiva di questa pubblicazione è del consorzio GUTS.

Questo toolkit riflette solo il punto di vista dell'autore e la Commissione non è responsabile per qualsiasi uso che possa essere fatto delle informazioni in esso contenute.

PROGETTO

Alice Pastorelli

RIFERIMENTO

Se si desidera fare riferimento a parti di questa pubblicazione, citare "Storytelling toolkit (GUTS)" Progetto GUTS Erasmus+ – Numero: 2021-1-NO01-KA220-ADU- 000026560

CONTATTO

Se desideri condividere le tue opinioni su questo toolkit, eventuali esperienze di workshop che hai avuto o qualsiasi altra idea che vorresti aggiungere a questo manuale, scrivici:

E-mail: ilfarobrindisi@gmail.com



Co-funded by
the European Union



Erasmus+

