

MATERIALE NECESSARIO PER: **GIRARTI VERSO LA VITA SINTOMO E LAMENTO**

A) SINTOMO DA INVIARE INSIEME ALL'ISCRIZIONE ALLA MAIL

creatoredispazi@creatoredispazi.xyz

(termine massimo di invio: tre settimane prima del corso)

Il testo è lungo ma non perché sia complicato ma perché spiegandomi bene, riesco a ricevere il materiale necessario in modo corretto agevolando il lavoro entrambi.

IL SINTOMO E' PERSONALE deve essere specificato in modo che io possa riconoscere tessuto e fase e preparare il PowerPoint "personalizzandolo".

Le informazioni che ho bisogno sono:

- Destrimane o mancino, anni.
- Sintomo specifico (**es: mal di schiena =>** A che altezza? Come si esprime // da quanto tempo e con che intervalli// hai una diagnosi// cosa hai già fatto // che idea ti sei fatto // in quali situazioni emotive si è presentato // in quali occasioni te lo aspettavi e invece ti sei stupito perché non si è presentato // Tue note particolari.

ATTENZIONE: Poche righe, solo quelle che mi servono per capire!!! Il materiale sarà comunque anonimo ma ognuno potrà riconoscere il suo.

B) LAMENTO DA INVIARE INSIEME AL SINTOMO

IL LAMENTO è un vero e proprio lamento, cioè "di chi è la colpa se ho quello che ho?".

Es: perché devo fare tutto io e lui/lei non mi aiutano mai!

Permettetevi di esprimerlo... tanto è ciò che vi dite dentro ogni volta che lo sentite.

**ATTENZIONE!!! IL LAMENTO NON DEVE ESSERE UNA TRADUZIONE IN 5LB.
LA CAUSA DEL LAMENTO NON PUO' ESSERE IL SINTOMO STESSO.**

**ATTENZIONE!!! NON DOVETE INVIARMI TUTTA LA STORIA DELLA VOSTRA VITA
Ma poche righe, solo quelle che mi servono per capire!!!**

C) MATERIALE DA PORTARE DIRETTAMENTE AL MODULO: IMMAGINI

Non è necessario inviarmelo prima!

Come prima cosa ampliate il racconto del vostro lamento in modo da avere più stimoli per la ricerca delle immagini. Lasciatevi andare nel vostro lamento, senza censure!

CI SERVONO DUE GRUPPI DI IMMAGINI:

Dove le trovo?

Su Google Immagini digita nella finestra di ricerca "IMMAGINI SUGGESTIVE di (...felicità, disastro, azione ecc) e trovi tutto quello che cerchi. Lasciati ispirare, se porti poche immagini non riuscirai a lavorare bene.

1°. GRUPPO di IMMAGINI rappresentano il LAMENTO: almeno 8/10 immagini reali o simboliche che rappresentino il tuo lamento... Più ne trovi e più informazioni ti arriveranno.
Es: "mi è successo qualcosa di drammatico": l'immagine può essere una casa che crolla.

ESEMPIO LAMENTO: "Per tanti anni ho dovuto fare fronte a situazioni più grandi di me, e la cosa più impegnativa è stata quando è morta mia mamma in ospedale, e penso che se mio padre mi avesse dato una mano prendendosi lui delle responsabilità magari le cose sarebbero andate diversamente, e se vado avanti così per il mio futuro prevedo che

nessun uomo potrà più entrare nella mia vita, e mi sento molto sola, come in fondo tutte le donne della mia famiglia sono sempre state...”

ESEMPIO RICERCA IMMAGINI: descrivo il mio lamento per immagini invece che a parole:

“Per tanti anni ho dovuto fare fronte a situazioni più grandi di me...”

=> IMMAGINE di una persona ai piedi di una montagna enorme,

“...e la cosa più impegnativa è stata quando è morta mia mamma in ospedale”

=> IMMAGINE di una mano di un'anziana e di una mano di una giovane che si sfiorano

“...e penso che se mio padre mi avesse dato una mano prendendosi lui delle responsabilità magari le cose sarebbero andate diversamente”

=> IMMAGINE carta dei tarocchi dell'uomo con la testa fasciata che gira le spalle

“...se vado avanti così prevedo che nessun uomo potrà più entrare nella mia vita”

=> IMMAGINE cartello stradale di divieto d'accesso

“...Mi sento molto sola”

=> IMMAGINE deserto

“...come in fondo tutte le donne della mia famiglia...”

=> IMMAGINE antenate

Perciò ampliate il lamento anche sbirciando il passato (es: quando ero piccola se prendevo iniziative venivo punita) o il futuro (es: mi fregheranno sempre) o per esprimere dei sentimenti (es: mi sento sola).

2°. GRUPPO di IMMAGINI BELLE: almeno 15/20 immagini che scegli istintivamente solo perché ti piacciono, ti scaldano il cuore, ti danno energia, senza che abbiano alcun filo logico tra loro. Quelle che ti catturano emotivamente, senza un perché.

STAMPALE E PORTALE GIA' RITAGLIATE!!!!

IMMERGITI NELLA RICERCA DI IMMAGINI... il lavoro inizia già da qui!

=> **FORMATO IMMAGINI:** Le immagini devono essere tutte già ritagliate e il formato max 5cm x 10

=> **PUO' ESSERTI UTILE UN FOGLIO DI CARTA O CARTONCINO** da usare come supporto per il lavoro, grande quanto ti serve per appoggiarle.

=> **LE IMMAGINI NON VANNO INCOLLATE**, le muoveremo durante tutta la giornata (potrai fotografarne i passaggi col tuo cellulare così da averne memoria!)

A presto! Sì