



UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
FIRENZE

**FORLILPSI**  
DIPARTIMENTO DI FORMAZIONE,  
LINGUE, INTERCULTURA,  
LETTERATURE E PSICOLOGIA



*libera*  
**UNIVERSITÀ**  
*dell'AUTO*  
**BIOGRAFIA**  
di Anghiari

Università degli Studi di Firenze

Dipartimento di Formazione, Lingue, Intercultura, Letterature e Psicologia

Libera Università dell'Autobiografia di Anghiari

## **MASTER di I LIVELLO**

**Metodologie della ricerca auto-bio-grafica, pratiche di narrazione,  
educazione degli adulti:**

**per le professioni educative, scolastiche, culturali e di cura.**

Titolo : Laboratorio di scrittura autobiografica

Bellini Lisa

## **Indice**

### **1 Capitolo Primo**

**L'educazione durante tutto l'arco della vita : autobiografia e cambiamento.**

### **2 Capitolo Secondo**

**My Life in Europe**

### **3 Capitolo terzo**

**Riflessione sull'esperienza svolta**

**Conclusioni**

**Bibliografia**

## **Capitolo Primo**

### **L'educazione durante tutto l'arco della vita : autobiografia e cambiamento.**

L'educazione degli adulti racchiude ,un campo di innumerevoli dimensioni e implicazioni . per definire l'incontro tra educazione e l'età adulta , è necessario servirsi della nozione di cambiamento, che racchiude, le molteplici situazioni delle forme di apprendimento durante tutto l'arco della vita. Il cambiamento può invadere il mondo della conoscenza , come apprendimento cognitivo : comportamenti, valori, saperi , quanto il mondo degli affetti : apprendimento emotivo , modalità nel convivere , amare . Il cambiamento come generatore di apprendimento , e se profondo , può suscitare nel soggetto in formazione cambiamenti mentali ,trasformativi , della propria rappresentazione nella comunità e nel mondo. In questo contesto ci sono innumerevoli esperienze di educazione,luoghi di confronto,circoli di studio,associazioni, dove pratiche di teatro, meditazione, yoga e autobiografia , vanno a braccetto con i miti , il viaggio, lo straniero e il vagabondare, per una continua ricerca di senso e una creazione di valore , nella speranza di lasciare una testimonianza di noi stessi , della nostra vita di passaggio, in questo mondo. Raccogliere i frutti dei semi che abbiamo coltivato durante tutta la nostra esistenza, e depositarli in uno scrigno. Curare la parte della nostra vita “il saper vivere”, “l'arte di vivere”, diviene sempre più necessario , per contrastare il degrado della qualità sotto il regno del calcolo e della quantità, nella meccanizzazione nella quale l'essere umano , viene trattato come un oggetto , nell'accelerazione generale . Attraverso l'autobiografia , questa costruzione di una

nuova umanità può compiersi , attraverso l'introspezione , la cura delle parole e il rallentare in una dimensione di tempo , vicina all'anima , forse al daimon , che possiamo riscoprire in una buona pratica meditativa di scrittura autobiografica. L'autobiografia, come scrittura di sé, alimenta la memoria e i ricordi, in un continuo divenire dove , è possibile tenere traccia della propria esperienza in questo mondo. L'autobiografia ha funzioni formative , educative, nell'ascolto di sé , il sostare su di sé, prendersi del tempo , permette di mettersi nella postura di ascolto e crescita. Ascoltare le storie degli altri , sviluppa empatia e la relazione con l'altro. La storia e il recupero delle storie comuni , permette di tenere viva la memoria e valorizzare l'unicità del racconto. I luoghi hanno bisogno di essere *raccontati*, perché possono vivere nelle memorie delle persone che li hanno vissuti , bene prezioso , un dono per le nuove generazioni. Il narrare , educa alla capacità di scoprire nuovi linguaggi , alimentare il lessico, per imparare a raccontarsi agli altri.

## **2 Capitolo Secondo**

### **My Life in Europe**

Il progetto My Life In Europe, è un progetto Europeo che fa parte del progetto Erasmus + per l'innovazione e lo scambio di buone pratiche, che risponde all'esigenza della CE di ampliare le conoscenze, di educatori, formatori, che si prendono cura di adulti discenti attraverso tecniche innovative, per supportare l'apprendimento permanente e la formazione. Lo strumento finale del progetto è un gioco con le carte ( digitale e cartaceo) ispirato dal gioco di Duccio Demetrio *il gioco della vita* , con 64 carte stimolo. Ciascuna carta , è caratterizzata da un immagine e una parola, individualmente e in gruppo , ciascun partecipante ,dopo aver osservato la carta proposta , con l'aiuto di un facilitatore , può scrivere un episodio della sua vita . Nel formato digitale, ciascun scritto, viene riportato una storia cronologica della propria autobiografia , che può essere stampata in formato pdf. L'esperienza svolta di tirocinio , è stata suddivisa in

modalità individuale e gruppale. Attraverso la registrazione al link dedicato al progetto, è possibile , con username e psw personale, iniziare a giocare con le carte stimolo e scrivere sul web la propria narrazione, costruendo un viaggio della propria esperienza di memorie e racconti personali, suscitando ricordi episodi ,nascosti che prendono vita. Utilizzando tutte le 64 carte viene intrapreso un viaggio, profondo e utile , per ricollocare la propria esistenza nel presente. La modalità in gruppo è stata svolta presso la biblioteca di Santa Croce sull'Arno (PI) con la referente Grazia Chiarini, utilizzando il digitale, con il pc o lo smartphone , le carte stimolo e la narrazione scritta in modalità web , con la possibilità di condividere con gli altri il proprio scritto, libero e senza giudizio da parte del gruppo. E una parte è stata sperimentata , nel gruppo di biblioterapia, un gruppo costituito da donne di fascia di età compresa tra 45-70, che utilizzano il libro come dispositivo educativo , *libro stimolo*, per confrontarsi con temi , quali la famiglia, il viaggio, l'amore, l'amicizia,ecc, un gruppo già abituato al confronto, la discussione e il dibattito , non giudicante. Sono stati effettuati incontri introduttivi sulla modalità del gioco con le carte, e scelte carte a tema, quali la famiglia , giochi d'infanzia, il significato del nome, creando incontri paralleli , alle letture del libro. E' stata poi sperimentata una nuova modalità di utilizzo delle carte, prima della discussione del libro, viene proposta una carta stimolo , per esempio con la poesia e la gioia, per facilitare l'ingresso nella riflessione personale. Temi delle carte , che possono essere scelti, di volta in volta in modo creativo, e abbinati al libro proposto in quel momento. Questa ultima modalità è in continuo divenire , e ancora in corso nel gruppo di biblioterapia , una buona pratica, che può essere adattata , arricchita di stimoli nuovi, come la lettura di una poesia , la creazione di una poesia personale, un quadro , la creazione di un disegno. Anche il gruppo della biblioteca di Santa Croce sull'Arno, è in corso con un nuovo laboratorio di scrittura autobiografica,sia in modalità digitale che in modalità gruppale.

### **3 Capitolo terzo**

#### **Riflessione sull'esperienza svolta**

L'esperienza svolta , è stata molto proficuo , sia a livello personale che a livello professionale. Nel primo caso è stato interessante scoprire , ricordi che erano assopiti , nella memoria, anche dolorosi, venir fuori , in modo spontaneo, naturale , con l'aiuto di un facilitatore e la carta stimolo. Ripercorrere la propria memoria di esperienze di vita vissuta, permette di dare un senso allo scorrere del tempo, a episodi narrati, scritti , e dare una continuità e una visione costruttiva del futuro. Inoltre , avere la possibilità di leggere nel gruppo lo scritto autobiografico permette la restituzione , un confronto , un sentirsi anche meno soli. Questo senso di solitudine , si manifesta nell'altro , come una difficoltà di espressione, un fidarsi , che può essere facilitato con dispositivi formativi, quali il gioco delle carte e il libro. Ma comunque il gruppo deve essere spronato a questa apertura , con l'aiuto di un facilitatore che crea occasioni di confronto , stimoli e mette ben in chiaro certe regole che sono la parte fondante del rispetto reciproco. Inoltre il gruppo deve essere accompagnato nel mondo digitale, ricordarsi la psw di accesso, scrivere sul tablet o sul pc , non è una modalità fruibile per tutti. Sono necessari incontri propedeutici a queste modalità di scrittura digitale, prima di iniziare i laboratori di scrittura autobiografica. I gruppi sperimentati, sono persone che frequentano la biblioteca , hanno una cultura di utilizzo di spazi dedicati alle letture , gruppi d'incontro, lettori forti che conoscono le modalità di prestito di libri, e hanno le basi per intraprendere un viaggio nella lettura parallelamente alla scrittura. La sfida , può essere quella di coinvolgere in questi laboratori, soggetti che non hanno mai frequentato gruppi o biblioteche, attraverso modalità alternative, per esempio le passeggiate in mezzo alla natura , espressioni teatrali, oppure il semplice racconto orale di tradizioni locali, leggende , racconti tramandati da generazioni, e proverbi che aprono nuove suggestioni. Il gioco delle carte , si presta molto a queste modalità , non essendo rigido, può essere collocato in molti scenari possibili, come quello della biblioterapia. A livello professionale, questa esperienza , ha gettato le basi, per una identificazione pedagogica in un settore di cura dell'altro attraverso pratiche di scrittura autobiografica. Ed è proprio da qui che parte un nuovo viaggio , di studio , ricerca e approfondimento.

## **Conclusioni**

Questa esperienza è stata un arricchimento in ogni senso. La scrittura ha accompagnato la mia vita , in momenti oscuri, dove lo scrivere un diario , è stato salvifico , per entrare dentro una cura di parole , che mi ha sempre aperto nuovi orizzonti di senso e prospettive sane e costruttive. Nella professione pedagogica vorrei iniziare a promuovere questa visione di cura, che porta al benessere della persona , in tutti gli ambiti della vita , sia lavorativa che familiare. Ringrazio tutti gli attori coinvolti , la Prof.ssa Caterina Benelli, che mi ha proposto questo progetto e coinvolto con la sua passione e entusiasmo, la Dott.ssa Grazia Chiarini , facilitatrice nei laboratori di scrittura autobiografica con il gioco delle carte,che mi ha supportato con idee, progetti collegamenti, libri , con dedizione e entusiasmo. E ringrazio la LUA , con la speranza che possa esserci in futuro, momenti di scambio e collaborazione professionale. Oltre all'Università degli studi di Firenze,che ha aperto le porte al possibile.

## **Bibliografia**

- Demetrio D.(2003), *Manuale di educazione degli adulti* ,Ed Laterza, Roma.
- Knowles M.(1993), *Quando l'adulto impara. Pedagogia e andragogia*, Angeli, Milano.
- De Sanctis F.M., Federighi P. (1981), *Adult education in Italy* , Ecle , Prague.
- Federighi P.(1996), *Strategie per la gestione dei processi educativi nel contesto europeo* , Liguori , Napoli.
- Boffo, V., *Confini educativi: per una cura delle transizioni in Alta Formazione* In P. Federighi (a cura di), *Educazione in età adulta. Ricerche, politiche, luoghi e professioni*, Firenze, Firenze University Press.

Hilman James , (1996)*Il codice dell'anima*, ed Adelphi,Milano.

Edgar Morin “Insegnare a vivere, manifesto per cambiare l'educazione “ ed.Cortina , 2014.

Da Maurizio Bono, *In cammino. Itinerari fra emozioni e storie*, Vallardi

Duccio Demetrio, *Filosofia del camminare*, Raffaello Cortina Editore, 2005.

Duccio Demetrio “*Raccontarsi, l'autobiografia come cura di sé*, Ed Raffaello Cortina, 1996.

## **Sitografia**

<https://mylifeineurope.nkey.it/>

<http://lua.it/attivita/my-life-europe-new-methodology-to-insert-your-life-biography-the-europe-context/>