

# NEI NOSTRI PANNI

LABORATORIO DI SCRITTURA AUTOBIOGRAFICA

A CURA DI  
ELENA PATRIS E ALESSANDRA RACCA



NUOVA EDIZIONE AUTUNNO 2022

QUALI SONO I NOSTRI PANNI?  
QUANTI SONO?  
CI PIACCONO ANCORA TUTTI?  
TORNERANNO MAI AD ANDARCI BENE?  
C'È QUALCOSA CHE VORREMMO CAMBIARE?

## NEI NOSTRI PANNI

Nei nostri panni è un laboratorio di narrazione autobiografica modulare, on line e in presenza, incentrato sulla metafora degli abiti. Nato nel 2018, nelle diverse edizioni è servito a esplorare i temi del tempo, dello spazio e del corpo, sempre in relazione agli abiti e alle loro molteplici possibilità narrative.

## COSA SI FA

Durante gli incontri, cerchiamo di aprire i nostri armadi, intesi come repertori di possibilità, e di dare spazio alle domande: lo facciamo attraverso la narrazione, la scrittura individuale e il confronto all'interno del gruppo, in un rapporto circolare tra raccontare e ascoltare storie, in un dialogo con l'altro in cui dare valore alle narrazioni e costruirne di nuove.

La vita che conduciamo, infatti, ci spinge spesso all'azione, talvolta senza lasciarci uno spazio nel quale fare il punto per poter godere appieno di ciò che si fa e si è, maturare decisioni e immaginare possibilità di cambiamento.

Gli abiti sono gli elementi simbolici al centro delle attività di scrittura e relazione proposte e sono stati scelti come strumento anche per il loro essere portatori di quella bellezza e leggerezza che vorremmo avesse il tempo dedicato a ripensare a noi stessi/e. A partire da alcuni testi letterari, sperimentiamo la scrittura come innesco creativo per la narrazione di sé e del proprio percorso. Il focus non è sulla "bella scrittura", ma sulla scrittura come strumento di "messa in forma" ed esplorazione di modalità narrative e relazionali.

## WEBINAR GRATUITO ON LINE

Un “assaggio” di 75 minuti per sperimentare quello che faremo nei laboratori

### **ATTRAVERSO L'ARMADIO** **Primo modulo on line** **Tre incontri di 2 ore e mezza**

Durante il primo modulo entreremo nelle pieghe dei nostri abiti, privilegiando una dimensione temporale che favorisca l'emersione di contenuti autobiografici legati a diversi momenti della propria storia.

Verrà proposto ai/alle partecipanti di individuare tre abiti o accessori da tenere accanto a sé durante i tre incontri. Questi indumenti saranno scelti a rappresentare: un abito che si vuole dismettere, un abito che fa sentire bene nei propri panni, un abito che rappresenti la sfera del desiderio, del possibile e del vorrei essere. Le proposte di lettura e scrittura attraverseranno queste dimensioni permettendo di sperimentare differenti modalità di accesso al racconto della propria storia. Seguiremo l'andamento lineare con cui si è soliti pensare al tempo, ma cercheremo nuovi modi di riscrivere e inventare il prima e il dopo.

### **ABITARE** **Secondo modulo on line** **Tre incontri di 2 ore e mezza**

Nel secondo modulo ci occuperemo sempre degli abiti, ma in relazione allo spazio, in un rapporto figura/sfondo con il tempo. Frasi come “il tempo passa” hanno senso perché c'è un corpo che attraversa lo spazio, che guarda ciò che c'è davanti e lascia indietro ciò che è passato.

Guarderemo agli abiti come luoghi nei quali abitiamo e con i quali ci muoviamo nello spazio delle relazioni, abiti con i quali spostarsi lungo le direzioni del possibile e dell'inesplorato.

Ci muoveremo tra i diversi contesti di cui facciamo parte, ma staremo anche fermi, scegliendo, attraverso la scrittura, luoghi in cui sostare, prendere fiato, sperimentarsi e ripartire.

## CHI SIAMO

Siamo una scrittrice e una psicologa, proveniamo da percorsi formativi e professionali differenti, ma entrambe lavoriamo con la narrazione come strumento per dare forma all'esperienza e immaginare possibilità altre. Ci interessano le storie delle persone e pensiamo che farne racconto possa dare e restituire valore al vissuto.

**ELENA PATRIS** Sono una psicologa psicoterapeuta a orientamento sistemico relazionale e da circa vent'anni mi prendo cura del benessere delle persone, accompagnandole a esplorare modi alternativi di affrontare un problema e a riappropriarsi delle competenze per il cambiamento.

Svolgo la mia attività in libera professione facendo consulenze individuali, di coppia e familiari, supervisioni, formazioni e laboratori.

Sono co-ideatrice di Land Art Lab, contenitore di proposte e laboratori in cui avviare il processo creativo che consente di ampliare i punti di vista e costruire nuove possibilità.

Il mio blog è [elenapatris.it](http://elenapatris.it)

**ALESSANDRA RACCA** Pratico da anni la scrittura come forma di scoperta e di relazione con il mondo e con sé stessi, l'ho indagata e sperimentata in forme differenti come persona e professionista. Il linguaggio che ho usato più spesso è quello della poesia, scritta e performata.

Ho creato PoetiCo, coro parlante poetico di Torino, per promuovere la lettura e l'ascolto della poesia in contesti collettivi, e il progetto performativo Inpoetica, sulla memoria che è racchiusa negli oggetti personali e negli spazi collettivi.

Tengo corsi di scrittura per adulti, ragazzi e bambini.

Il mio ultimo libro è *Io, Alice e il buio buio* (Einaudi ragazzi).

Il mio blog è [signoradeicalzini.it](http://signoradeicalzini.it).

IL PUNTO DI VISTA DELLA PSICOLOGA Capita, a volte, di sentirsi senza via di uscita, o ancorati a qualcosa che si avverte come ingombrante. Ogni esistenza, invece, ha sempre molteplici possibilità di riscrittura. Se infatti non possiamo cambiare le cose che ci sono successe, possiamo però cambiare il nostro modo di vederle e vederci, uscendo da una concezione deterministica dell'ineluttabile e trovando nuovi sistemi di significati, capaci di restituirci un ruolo da protagonisti nelle scelte che ci riguardano. Sperimentarsi con nuove storie consente di vedere qualcosa a cui non avevamo pensato, di mettere in discussione ciò che ci sembra immutabile, di trovare idee e possibilità per trasformarci ed esprimere e scoprire le nostre risorse. Questo può fare la scrittura, sia quando siamo noi a scrivere, sia quando leggiamo qualcosa di qualcun altro. Utilizzare i vestiti come metafora, inoltre, permette di esplorare le proprie sfaccettature e i propri repertori di possibilità, vedere quanti sono e decidere cosa farne: i vestiti, dunque, non solo come possibilità di essere, ma anche come possibilità di diventare.

IL PUNTO DI VISTA DELLA SCRITTRICE Mia nonna faceva la sarta, mia sorella crea abiti, io arrivo con difficoltà a cucire un bottone, ma ho sempre pensato che scrivere abbia a che fare con l'attività di costruzione e confezionamento che tanto mi ha sempre affascinato. Scrivere ci permette di volta in volta di scegliere forme differenti, vestire diversi panni e anche di tessere e tenere insieme trame ed elementi che apparentemente possono apparire inaccostabili. Come lettori e come scriventi maneggiamo, attraverso le parole, le trame della vita e, attraverso le parole, diamo forma a pensieri, fantasie, definizioni di noi, degli altri e della realtà che ci circonda, dandoci così la possibilità di mutarla. In questo laboratorio guardo alla scrittura come pratica e possibilità di gioco di parola e di esperienza, attraverso la proposta di dispositivi di scrittura che, a prescindere dal valore letterario, permettano alle partecipanti di esperire diversi modi di affrontare il racconto di sé e della propria esistenza.

## QUANDO E DOVE

### **Webinar gratuito (Riservato a 30 partecipanti)**

Lunedì 2 Ottobre 2023

dalle 18,15-19,30 oppure dalle 19,45-21,00

Primo modulo

### **ATTRAVERSO L'ARMADIO (Riservato a 20 partecipanti)**

Lunedì 16, 23, 30 Ottobre 2023 dalle 18,30-21,00

Secondo modulo

### **ABITARE (Riservato a 20 partecipanti)**

Lunedì 6, 13, 20 Novembre 2022 dalle 18,30-21,00

## COSTI

### **SINGOLI MODULI**

- Webinar: gratuito con iscrizione necessaria
- Primo modulo: 80 Euro
- Secondo modulo: 80 Euro

### **PACCHETTO**

- Primo e secondo modulo: 140 Euro



## **PROMOZIONE EARLY BIRD PER ISCRIZIONI ENTRO IL 4 OTTOBRE**

- Primo modulo 70
- Primo e secondo modulo: 120 Euro

## INFORMAZIONI E ISCRIZIONI



neinostripannilab@gmail.com