

# LABORATORIO DI SCRITTURA CREATIVA AUTOGESTITO

All'attenzione del Comitato Tecnico e Scientifico "Scienza Partecipata"

## Introduzione

Il presente progetto nasce dall'idea di condividere le esperienze maturate nel campo della scrittura e non, attraverso la realizzazione di un laboratorio di scrittura creativa autogestito.

Ho potuto testare personalmente l'efficacia della scrittura terapeutica nel momento che combattevo una recidiva tumorale al IV stadio, in paziente affetto da una malattia rara. Raccontarsi in un diario autobiografico ha acquisito valore terapeutico. Il beneficio della scrittura è notevole, per tal motivo ritengo utile promuovere e incentivare attività culturali di ascolto, lettura, e ricreative dove le persone avranno modo di scambiarsi esperienze e soprattutto sentirsi comprese. Il laboratorio permetterà di fare rete, condividere esperienze ed emozioni facendo in modo che ognuno impari a conoscersi per una migliore qualità della vita.

L'esperienza maturata in circa dieci anni di scrittura sono la mia dote: il progetto viene presentato da una persona alla quale la scrittura ha cambiato la vita in meglio. Con i miei libri e poesie ho vinto premi letterari spinti dalla tenacia e dalla voglia di fare.

Nel laboratorio si intende adoperare la parola e l'esperienza per aiutare le persone a trovare un nuovo metro di giudizio verso la malattia.

## Il progetto

Il progetto si rivolge a un pubblico adulto, a pazienti che amano la scrittura e desiderano conoscersi attraverso attività creative.

Il punto di forza è l'ascolto, lo scambio di esperienze, e lo scambio relazionale grazie al quale ognuno troverà la propria identità nell'altro. L'idea vuole raccogliere storie e avviare le persone in attività dove ognuno esprime se stesso al meglio nella sua arte. Nel programma sono inserite varie attività all'aria aperta, affinché siano di stimolo alla fantasia. Scrivere, raccontarsi e al contempo accorgersi che ci sono altre persone con gli stessi problemi servirà come obiettivo di crescita.

Inoltre, mettersi a disposizione dell'altro, e prestare la propria esperienza contribuirà al paniere collettivo di rafforzarsi a beneficio di tutti.

Le attività di laboratorio serviranno ad accrescere l'autostima e l'autocontrollo, e educando all'ascolto si metteranno in atto i principi dell'auto-aiuto.

E' fondamentale che ogni persona diventi valore e si senta una risorsa per l'altro. Confrontarsi, entrare in sinergia e confidenza, farà del laboratorio un unicum di intese dove nessuno può fare a meno dell'altro, insieme a momenti di aggregazione socio culturale, momenti di evasione e intrattenimento culturale e sociale.

## Come nasce l'idea?

L'idea nasce in seguito a un'esperienza tra la sottoscritta e una ragazza di 26 anni, affetta dalla mia stessa patologia con la passione della scrittura. (Per un problema di privacy non viene citato il nome della ragazza che ben conosce la Dott.ssa Domenica Taruscio).

Circa un anno la ragazza si rivolse a me chiedendomi di aiutarla a conseguire un sogno; ovvero a scrivere un libro. Ho accettato di aiutarla ben sapendo quanto fosse utile e salutare scrivere avendo sperimentato in prima persona l'utilità del conseguimento di quel sogno. Dopo vari incontri online ha iniziato a raggiungermi a casa mia a Fiano Romano dove vivo, trattenendosi con me giornate intere. In queste circostanze ho capito molte cose, pian piano ci siamo conosciute. Da questi incontri è emersa oltre all'eccitazione per il libro che stava scrivendo anche tanta confusione e insicurezza sulla malattia. In me ha vedeva riflessa una prospettiva per il suo futuro, e trovava risposte ai tanti dubbi e perché. La mia esperienza di vita gli è stata di aiuto, senza volerlo mi comportavo come una tutor. Ho voluto che imparasse ad avere autocontrollo, responsabilità e disciplina quando stava con me. Aveva una paura folle dei cani, eppure era tanta la voglia di stare con me che la paura gli è passata. Piccolezze che l'hanno maturata psicologicamente. Abbiamo condiviso momenti di natura confidenziale ben oltre l'iniziale richiesta, così mi sono resa conto che molte cose in famiglia non si dicono. La ragazza ha compreso cose della malattia, dapprima ignorate, semplicemente ascoltando il mio vissuto è riuscita a portarsi dentro i miei suggerimenti e avere maggior autocontrollo.

Per questo motivo si ritiene utile raccontare questa testimonianza, come esempio per molte altre storie. In questo percorso è stato importante vedere in me la scrittrice e non la malata. La motivazione (scrivere il libro) gli ha permesso di credere nel sogno ora divenuto realtà. Il suo libro è uscito a dicembre 2022, per lei si è trattato del conseguimento di quel sogno fatto realtà, e per me un traguardo professionale essendomi occupata dalla A alla Z del suo testo. Questa testimonianza è il traino dell'idea su cui appoggia il progetto che viene presentato, e sarebbe interessante che venisse

replicato su altri soggetti che amano esprimersi attraverso la scrittura, che sono alla ricerca del proprio se. Le persone che sanno ascoltare e comprendere alla fine mettono in pratica quanto appreso.

## Utilità

L'utilità del progetto è soprattutto costruttiva integrativa, e utile alla crescita personale, in quanto il laboratorio crea spazi e momenti di aggregazione all'interno di un contesto dove le persone avranno la possibilità di dare riscontro alla loro creatività. A rendere particolare l'idea è l'assenza di figure professionali nella veste di insegnanti, dal momento che a parlare saranno le esperienze di vita da cui poter apprendere e comprendere, l'esperienza dell'uno messa in pratica a favore dell'altro. Il laboratorio non si sostituisce al compito di uno specialista bensì prova a suggerire allo stesso le lacune da colmare. Saper comunicare, e dare ascolto, prende l'aspetto di un farmaco, ove il raggiungimento degli obiettivi sono un chiaro esempio di come tutti possiamo essere all'altezza e di aiuto per l'altro.

## Applicazione

L'attività di laboratorio che si intende realizzare può avvenire con cadenze settimanali o mensili. Sicuramente, associare al laboratorio uno sportello d'ascolto e di auto-aiuto può essere risolutivo anche per le famiglie. La partecipazione attiva, inoltre, può creare forme di lavoro, in tal caso ogni contributo realizzato oltre che ad accrescere l'autostima contribuirà a sostenere le spese del laboratorio.

Ritengo doveroso spronare gli animi e far conoscere talenti e realtà delle persone affette da una malattia rara, permettendo loro di rompere gli schemi e facendo parlare di se attraverso la voce universale della scrittura.

Nella speranza che il presente progetto rispecchi la tematica affrontata da "Scienza Partecipata" ringrazio la Dott.ssa Domenica Taruscio e tutto lo Staff per dare voce a chi voce non ha.

Cordiali Saluti

Gina Scanzani