 ***Tu -* TERZA UNIVERSITÀ - 2024/25**

 Bergamo - **PRIMA FASE**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Modulo n° | **36** | ***RACCONTARE LE NOSTRE STORIE: INCONTRARSI PER RACCONTARSI***  |

|  |  |
| --- | --- |
| **Docente** | Greta Lageder |
| **Giorno** | Venerdì |
| **Orario** | ore 9.30-11.45 |
| **Periodo** | Dal 18 ottobre al 15 novembre 2024 (4 incontri - € 16,00) |
| **Sede** | Il Conventino, via M. Gavazzeni 9 |
| **Argomento** | **PSICOLOGIA**  |
| **Presentazione** | *Il ricordo del proprio passato e la condivisione in gruppo della propria esperienza possono essere utili per dare un senso di continuità all’esistenza, rafforzare il senso d’identità, ampliare la risonanza del proprio vissuto, mettere ordine negli eventi, ricostruire il significato con il "senno di poi". La rievocazione può avere forma orale o scritta, ma può anche avvenire attraverso foto, articoli di giornale, canzoni.* |
|  |  |

**Calendario**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1** | 18.10.2024 | Presentazione del corso, attività di team building e di potenziamento delle abilità comunicative. |
| **2** | 25.10.2024 | Condivisione delle proprie esperienze passate e riflessioni in gruppo. |
| **3** | 08.11.2024 | Svolgimento di attività finalizzate al rafforzamento del senso d’identità con uno sguardo al futuro. |
| **4** | 15.11.2024 | Pensare a sé stessi in modo nuovo e creativo. Rafforzare la propria autostima. |