



## IN CONTATTO

*ESERCIZI DI NARRAZIONE DI SE' ATTRAVERSO PAROLE E IMMAGINI*

### ESERCIZIO 1.

- I CAMBIAMENTI

I cambiamenti fanno parte della vita: si cambia casa, lavoro, città, scuola, amici, e a volte anche famiglia. I cambiamenti possono essere gradualmente e stimolanti, ma anche inaspettati, repentini, traumatici. Tutto dipende da come li viviamo.

Provate a descrivere un cambiamento avvenuto nella tua vita, specificando quali effetti ha prodotto e perché lo repute importante.

### ESERCIZIO 2.

- DUE MOMENTI DI VITA

La vita è costituita da tanti momenti, più o meno importanti, fatti di felicità ma anche di dolore: raccontatene due senza entrare nel dettaglio del racconto, ma concentrandosi sulle sensazioni provate:

- Un momento di felicità è stato quando...
- Un momento di dolore è stato quando..

### ESERCIZIO 3.

- LA MIA STORIA IN 10 RIGHE

L'esercizio consiste nello scrivere la propria autobiografia in massimo dieci righe. Un condensato di vita che potrà essere serio, semiserio, comico, ironico... ognuno secondo il proprio stile. Unico requisito richiesto: l'autobiografia deve essere reale.

**PER OGGI E' TUTTO I PROSSIMI ESERCIZI SARANNO PUBBLICATI NEI GIORNI A VENIRE**