



GRUPPO DI LETTURA:

LEGGIAMO “L’ALTRO” PER LEGGERCI DENTRO

La lettura fa parte della nostra crescita formativa, culturale e psicologica, strumento prezioso nella **fase adolescenziale**.

In questa età immedesimandosi con il personaggio di un libro l'adolescente sperimenta paure, emozioni, avventure. Inoltre l'intrecciarsi di relazioni con gli altri protagonisti del libro può rappresentare un'occasione che contribuisce:

- alla costruzione della propria identità e delle relazioni sociali;
- a stimolare la ricerca sempre più profonda della complessità interiore;
- allo sviluppo di capacità critiche e riflessive.

Nella **fase adulta** la vita frenetica, il lavoro, la famiglia lasciano poco spazio alla lettura, ma in realtà non esiste un tempo per leggere. La lettura attraversa la nostra vita e si trasforma e si modella insieme alla nostra personalità e a volte essa modella noi, consapevolmente o inconsciamente.

Nella **fase della vecchiaia** il libro può riempire gli spazi di solitudine, può stimolare le funzioni mnemoniche, può dare valore a una fase di vita preziosa per le elaborazioni personali. Inoltre un libro può riempire un tempo che diventa improvvisamente vuoto, con pochi impegni e in molti casi con pochi affetti.

In tale fase l'utilizzo dei libri può risultare efficace per una riflessione storica della nostra esistenza e delle tappe che l'hanno caratterizzata.

Come i protagonisti di un libro, tutti abbiamo bisogno di raccontare e raccontarsi, di ascoltare e ascoltarsi, guardando fuori e dentro di sé.

L'utilizzo di un *libro* può fungere da *specchio* per rivedere parti di sé da prospettive diverse.

Organizzare dei gruppi di lettura, legati alle fasi di vita o a tematiche specifiche, può facilitare il superamento di momenti di crisi o semplicemente creare occasioni di crescita personale e ricchezza interiore.

La lettura ad alta voce predispone all'ascolto rispettoso degli altri, a riconoscere le proprie e altrui emozioni, a superare timidezze e sentimenti di solitudine.

Ogni persona racconta qualcosa di se stesso agli altri e qualcosa di nuovo, non ancora emerso, a se stesso.

Così scrive il pediatra Paolo Sarti (Firenze) a proposito dell'importanza della lettura:

L'assunzione di "un po' di libro al giorno" è una vera vaccinazione di massa, irrinunciabile: siamo in pericolo di gravi epidemie di superficialità, egoismi, qualunquismi, disimpegno, carenza di senso della storia, infelicità, incomunicabilità.

Dal Corriere della Sera, del 27 luglio 2008, articolo "Anche un romanzo può salvare la vita":

Ci sono romanzi che salvano la vita. Ognuno può avere il suo. Servono per riflettere, per ritrovare l'eco dei propri problemi e delle proprie sofferenze. La lettura di un libro ci permette di sentire sapori, odori di altri luoghi e altri tempi. Di vivere timori e paure, ansie e rancori o gioie e amori che per alcuni istanti diventano i nostri. Ci sono libri che consolano e libri che fanno compagnia e si sa che chi ama la letteratura ha una marcia in più per sopravvivere e per affrontare il dialogo con se stesso...

Claudio Mencacci, Primario psichiatra Fatebenefratelli, Milano

IL GRUPPO DI LETTURA PREVEDE:

UNA PARTE DEDICATA ALLA LETTURA E ALL'ASCOLTO DI BRANI, PAGINE, POESIE, FRASI DEI LIBRI SELEZIONATI

UNA PARTE DEDICATA ALLA LETTURA LIBERA DI BRANI, PAGINE, FRASI SCELTE DAI PARTECIPANTI

UN DIBATTITO/CONFRONTO TRA I PARTECIPANTI

OGNI INCONTRO SARA' DEDICATO A TEMATICHE SPECIFICHE: L'AMORE E LA COPPIA, LA MALATTIA E LA MORTE, L'ADOLESCENZA, LA MATERNITA', IL LAVORO Ecc...

IL GRUPPO DI LETTURA PREVEDE UN MINIMO DI 5 PERSONE.

(GIORNI E ORARI SARANNO CONCORDATI INSIEME).

IL COSTO DI OGNI SINGOLO INCONTRO DELLA DURATA DI CIRCA UN'ORA E MEZZA E' DI 15 EURO A PERSONA.

LA SEDE: (in via di definizione)

PER PRENOTARE CONTATTARE IL NUM. 339 6278610

O MANDARE UNA MAIL A: psi.lauramessina@gmail.com