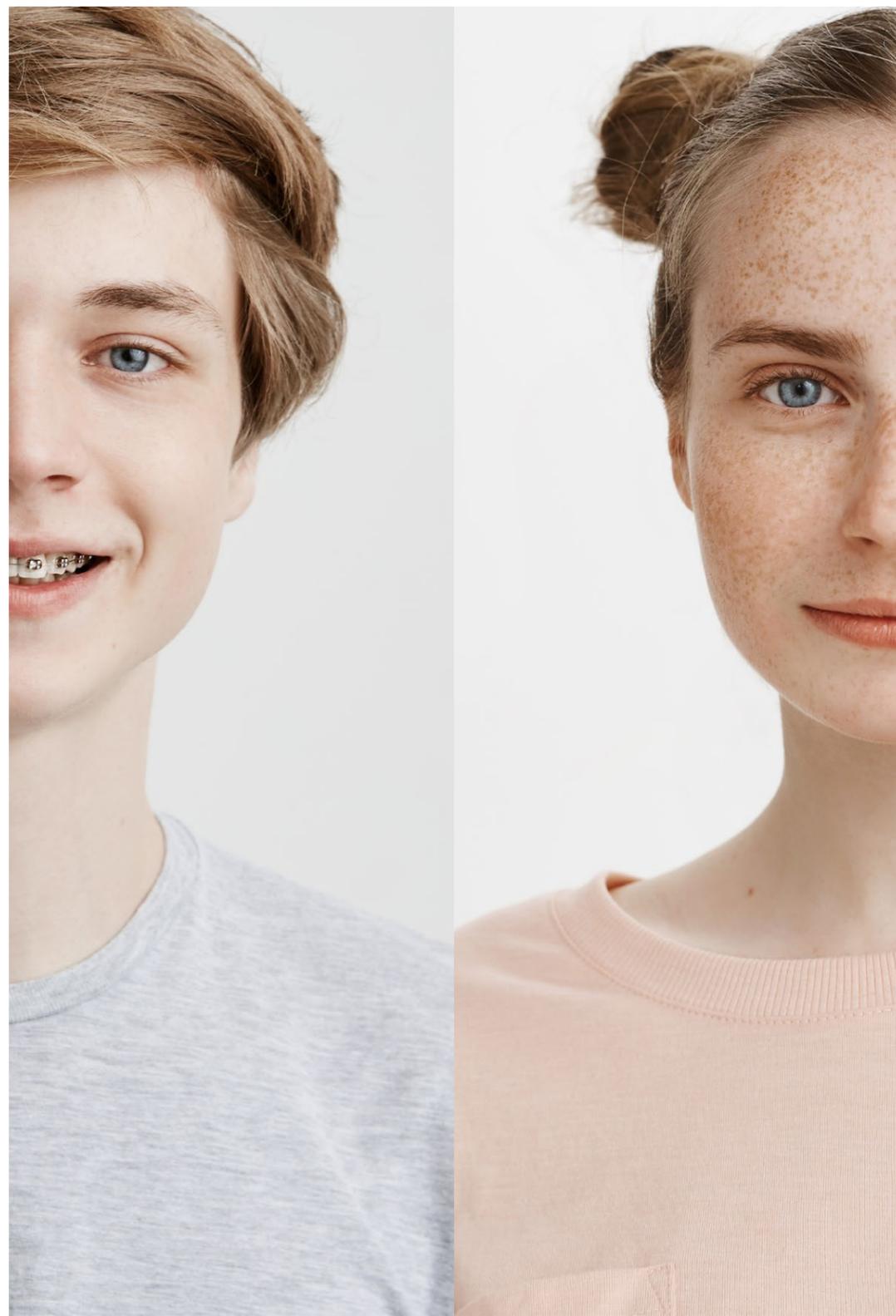


“essere ME”

Abitare i luoghi dell'adolescenza.



Laboratorio fotodidattico/esperienziale
di Luca Bortolato



IDENTITÀ IN COSTRUZIONE.

“Il mio corpo cambiava e con esso la mia esistenza”
da *“Memorie d’una ragazza per bene”* di Simone De Beauvoir

L’adolescenza è un intenso viaggio di scoperta e di crescita.

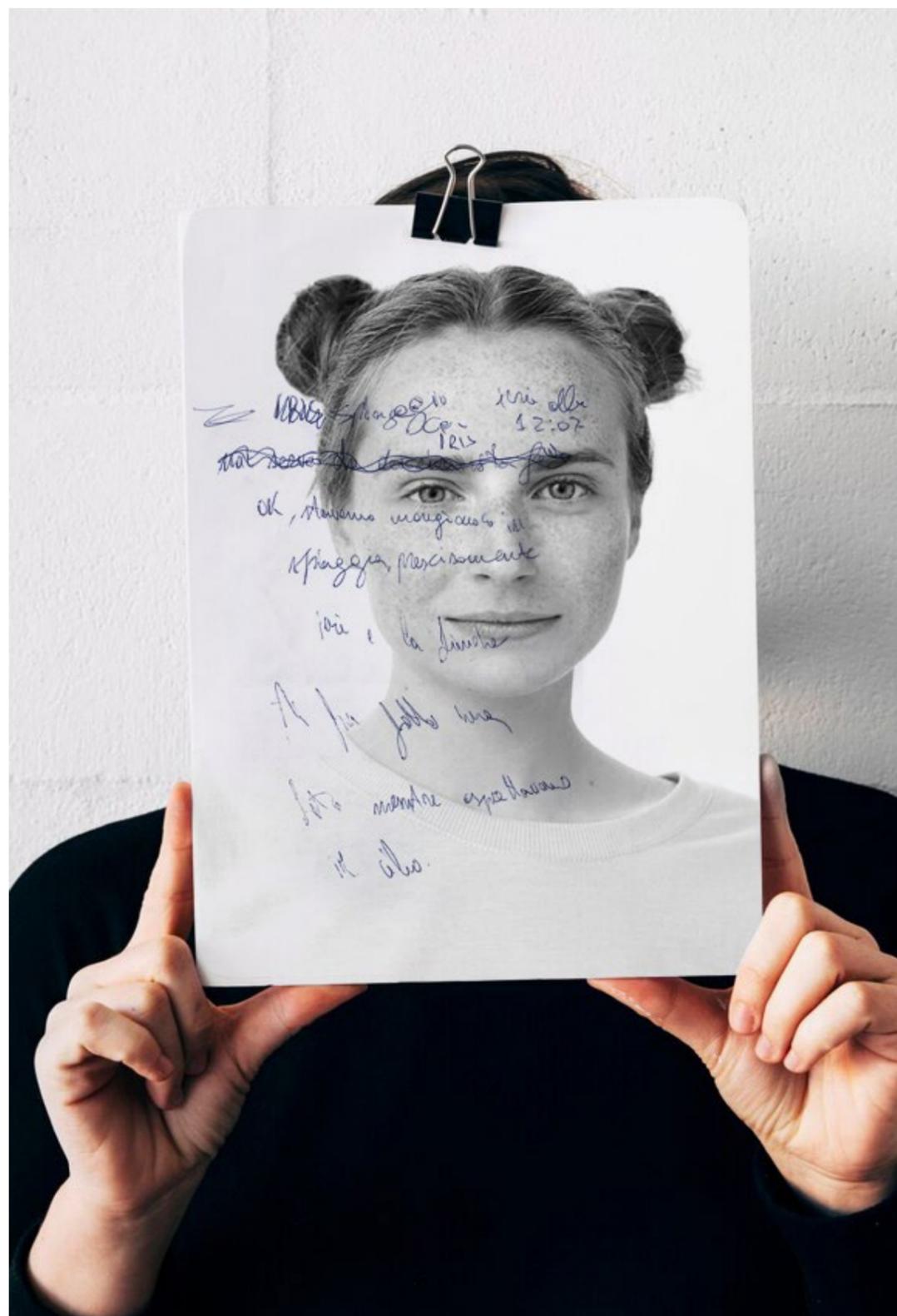
È un’epoca di profonde trasformazioni e affascinanti opportunità. Durante questo tumultuoso periodo della vita, si sperimentano **molti cambiamenti**, sia fisici che emotivi, che plasmano l’essere interiore e il rapporto con il mondo esterno.

È un tempo di esplorazione e autoidentificazione, in cui i giovani si immergono nel tentativo di comprendere chi sono realmente. Tra le pagine di questo capitolo della vita, si scorgono i primi contorni della propria IDENTITÀ, si coltivano passioni e si intrecciano legami umani che contribuiranno a definire il percorso futuro.

Tuttavia, non mancano le sfide e i conflitti interiori, poiché gli adolescenti si trovano spesso a navigare tra il desiderio bruciante di indipendenza e la fondamentale necessità di appartenenza e sostegno da parte degli altri.

Ma nonostante le turbolenze, l’adolescenza risplende di una vitalità straordinaria, **un’energia creativa** che irradia speranza per il futuro. È un periodo in cui i ragazzi sono immersi nell’abisso delle possibilità, pronti a scolpire il loro destino con le loro stesse mani.

L’adolescenza è un capitolo fondamentale nel libro della vita, ricco di esperienze che, come abili scultori, plasmano la forma finale della persona che poi si diventerà.



“essere ME” è un laboratorio rivolto agli adolescenti. Un percorso che vuole proporre nuovi, diversi modi di osservazione e dialogo con questa giovanissima Identità in continuo mutamento, attraverso l'utilizzo di strumenti semplici, diretti ed efficaci come possono essere **l'immagine fotografica, la scrittura e l'ascolto consapevole**, dei loro luoghi esterni ed interni che spesso inconsciamente cercano di abitare.

I ragazzi verranno guidati in un viaggio di scoperta di se stessi attraverso pratiche di apprendimento attivo, apprendimento che nasce, cioè, dall'esperienza.

Sarà un percorso nel fare pratico. Un dialogo continuo.

Verranno forniti loro gli strumenti per poter “stare” in un luogo/ambiente in un modo nuovo, consapevole, attento. Osserveranno il mondo che li ospita tramite l'ascolto, sperimentando il QUI E ORA, definendone i contorni, accogliendoli e accogliendosi.

In una società iperconnessa c'è la necessità e il bisogno di rallentare, cercando di comporre l'immagine di sé e non solo di subirla passivamente. Attraverso l'utilizzo di pratiche artistiche il ragazzo trova un luogo e uno spazio per trasformare e mettere in evidenza tutto quello che non riesce a dire con le semplici parole, **stimolando e facilitando l'autoespressione, la crescita personale e il cambiamento.**

Il laboratorio diventa “uno spazio di riflessione” per l'adolescente, dove avrà la possibilità di rivelarsi senza giudicarsi, senza essere giudicato, osservando consapevolmente le proprie difficoltà, ma altresì anche scoprendo le proprie risorse, trasformandolo in un viaggio di scoperta di se.

Il proprio volto sarà l'elemento principale e fondamentale con il quale lavorare. **Il viso di ognuno sarà il punto di partenza per ogni intima esplorazione, di ciascuna riflessione.**

Dal “selfie” al collage finale i ragazzi, attraverso immersivi esercizi con l'immagine e la parola scritta, cercheranno di autodefinirsi e saranno aiutati a sviluppare un'armonica percezione di se.

Un percorso dal dentro al fuori. E viceversa.



Il percorso laboratoriale si sviluppa attraverso **9 differenti esperienze** che accompagneranno i ragazzi dalla consapevolezza di sé nel luogo/classe, ad interagire con un testo da loro stessi creato, alla rivisitazione, infine, della propria immagine utilizzando la tecnica del collage generando un “ready-made” del proprio volto da immagini precedentemente prodotte.

esperienza n.1

IL CERCHIO

Il cammino inizia in cerchio.

Mettersi in cerchio è una pratica semplice ma potente. Sono molteplici i significati arcaici e simbolici di questa modalità di relazione. E' la più antica forma di democrazia.

Il cerchio offre un'opportunità per tutti i partecipanti di essere visti, ascoltati e rispettati. Non ci sono gerarchie di posizione fisica; tutti sono sullo stesso piano, facilitando la partecipazione attiva e il senso di appartenenza. Crea un senso di uguaglianza e comunità favorendo la fiducia reciproca, l'empatia e la comprensione.

Ognuno può guardarsi negli occhi e costruire un dialogo aperto con gli altri. **Riunirsi in cerchio è una pratica potente e inclusiva che favorisce la comunicazione, la connessione e la collaborazione tra i ragazzi, creando uno spazio di condivisione.**

Sarà questa la prima occasione per conoscersi e lasciare spazio alle presentazioni.

Verrà chiesto ad ognuno dei ragazzi di attivare la suoneria del proprio smartphone e di porlo nel centro del cerchio mentre ognuno si racconta: **“com'è stare senza telefono?”**, **“come vi sentite sapendo che potrà suonare per un messaggio o una notifica da un momento all'altro e voi non potrete rispondere immediatamente?”**, **“Cosa potrebbe succedere?”**

Sono queste le domande che stimoleranno una discussione attorno al rapporto con quella dimensione effimera e illusoria creata dal telefono cellulare, in contraddizione al momento reale che il cerchio stesso crea e che stiamo vivendo qui e ora.

Cosa succede se poi invece gli smartphone vengono posti fuori dal cerchio? Cambia o meno l'attenzione che abbiamo rivolto loro fino a quel preciso momento? Riusciamo a percepire una possibile differenza rispetto a quando erano all'interno del gruppo?



esperienza n.2

OSSERVARE LO SPAZIO

Lasciato il cerchio, ora l'attenzione verrà posta nel luogo in cui i ragazzi si trovano: **l'aula**, intesa come quello spazio a loro così familiare nel quale vivono ogni giorno gran parte di questa parte della loro vita.

Il gruppo verrà guidato in un percorso di **osservazione consapevole** dell'ambiente concentrando l'attenzione sui dettagli visivi, osservando colori, forme delle sedie, dei tavoli, delle finestre. Senza giudicare, senza giudicarsi.

Sarà posta l'**attenzione alla respirazione** come indicatore di presenza nel momento che stiamo vivendo.

Verrà chiesto di annotare mentalmente le differenti sensazioni mano a mano che spostiamo lo sguardo dal muro all'esterno che vediamo attraverso i vetri della finestra.

E poi verrà chiesto di salire **in piedi sulle sedie: come cambia ora l'aula e la nostra percezione di essa?** Le cose che abbiamo prima osservato sono sempre le stesse o in qualche modo sono mutate? Questo cambio di prospettiva influisce sul giudizio che ci eravamo fatti precedentemente? E noi osservatori, siamo cambiati?

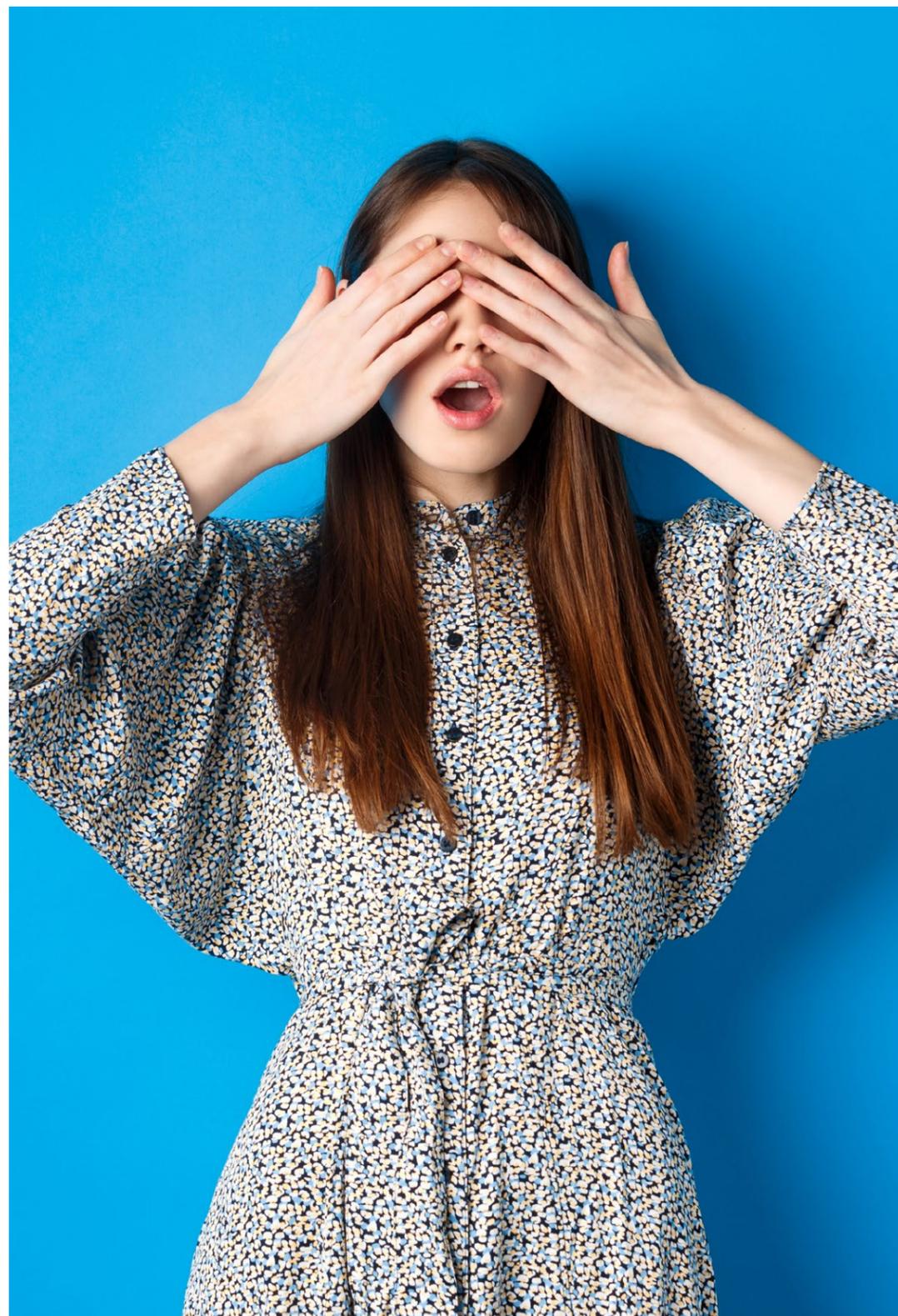
Ora i ragazzi hanno gli strumenti per affrontare l'ultima parte dell'esperienza: **distesi ad osservare il soffitto.**

Una parte sconosciuta e quasi mai osservata di quel luogo che ogni giorno li accoglie. Apparentemente poco interessante, ma dove, mano a mano che lo si osserva, si possono scoprire piccole imperfezioni, crepe, minuscole ragnatele sospese, giochi d'ombre e di luce. **Il soffitto diventa un mondo da scoprire minuto dopo minuto.**

Ognuno avrà la propria visione. Ognuno vivrà la propria personale esperienza di osservazione.

E' questo il momento in cui verrà chiesto a ciascun alunno di **fare una foto che racchiuda questa sua nuova scoperta** (utilizzando una macchina fotografica istantanea fornita dal docente).

Si creeranno così diverse immagini istantanee apparentemente simili, ma così profondamente diverse nei significati. Saranno esse motivo di discussione all'interno del cerchio formatosi nuovamente per la conclusione dell'esercizio.



esperienza n.3

ASCOLTARE LO SPAZIO

I ragazzi hanno avuto la possibilità di sperimentare un'osservazione consapevole.

Ma cosa succede se in questa nuova esperienza verrà tolto il senso della vista?

Così ognuno di loro verrà **bendato** dopo che avrà scelto una particolare zona dell'aula dove restare. **Si attiverà così l'ascolto, il sentire il luogo in maniera più profonda e attenta.**

L'universo classe è costruito anche dai suoni che lo abitano: il proprio respiro, quello dei compagni, il rumore sordo del riscaldamento, le persone che attraversano i corridoi, il mondo fuori dalle finestre che continua ad andare.

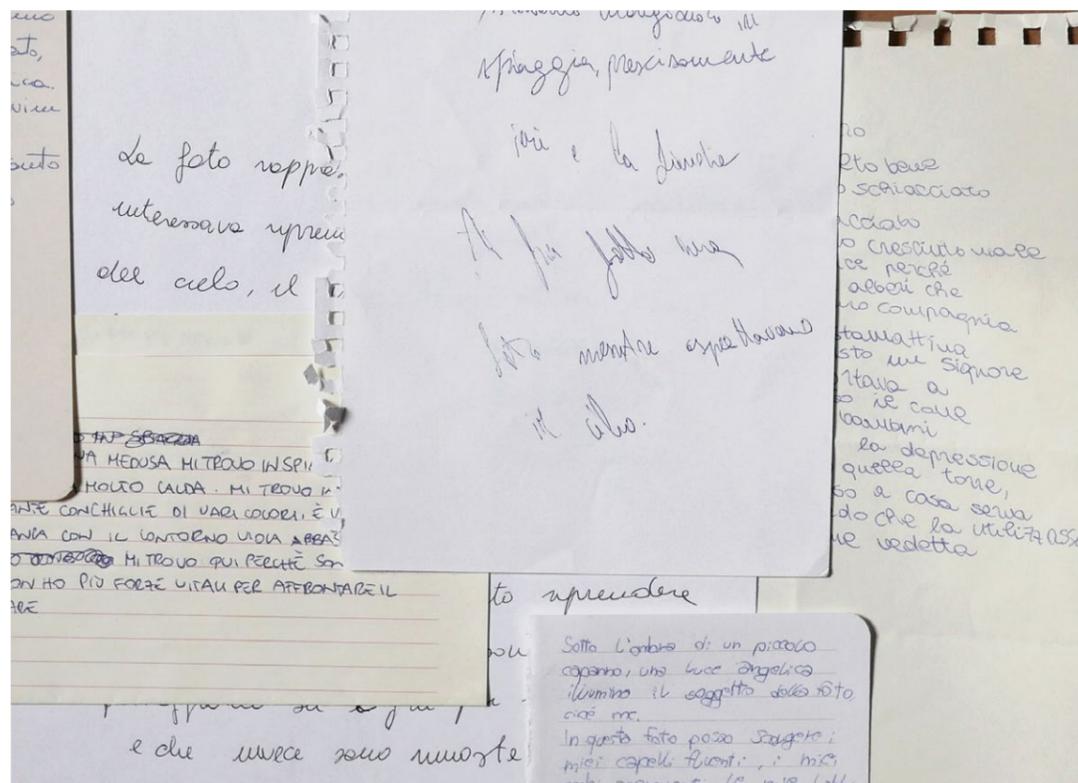
Si scoprirà che il luogo è mutevole e vive con noi. Siamo noi a cambiarlo attraverso i suoni dei nostri passi, attraverso lo stridio dei tavoli spostati, le sedie trascinate, l'aprire o chiudere le finestre. I suoni mutano il nostro percepire, cambiando e rinnovando le nostre visioni.

E se veniamo spostati dal luogo precedentemente scelto? Come ci sentiamo?

Verranno avvicinati altri compagni e poi allontanati. Come percepiamo questo cambiamento, questa condivisione? Sentiamo che aggiunge o toglie qualcosa all'esperienza che stiamo vivendo?

Mentre l'ascolto continua, uno ad uno i ragazzi verranno sbendati e accompagnati dal docente a **scattarsi un "selfie"** in una zona dell'aula predisposta con una fotocamera su di un cavalletto. **Verrà chiesto loro di creare un semplice autoritratto** del loro volto in quel momento, al sicuro da eventuali giudizi dei compagni ancora bendati immersi nella pratica dell'ascolto. Una volta creata la foto, si tornerà bendati e ci si riunirà al gruppo.

Un'importante fotografia attraverso la quale ogni ragazzo darà origine a molteplici interazioni con la propria identità nelle successive esperienze che seguiranno.



esperienza n.4

FOTOGRAFIE INUTILI

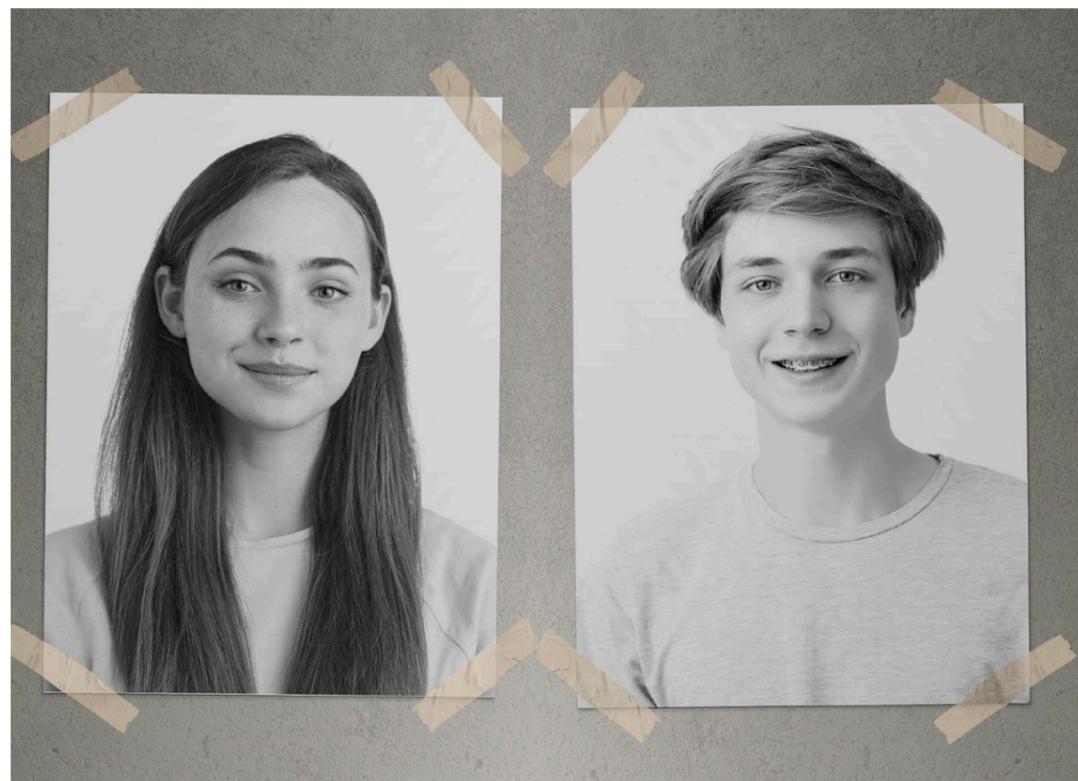
Esistono fotografie dimenticate. Esistono fotografie abbandonate. Avevano un valore, quello del ricordo, che era attivo nel momento in cui erano custodite nell'album di famiglia a cui appartenevano. Arrivano a noi prive di questo valore. Arrivano a noi come **FOTOGRAFIE INUTILI**.

Questa sarà un'esperienza di scrittura.

Verranno poste su di un tavolo vecchie fotografie rappresentanti persone, scene di vita quotidiana, ricordi di vacanze al mare o in montagna, gite in città. Sono immagini che non appartengono più a nessuno. Non sappiamo chi sono le persone ritratte, non conosciamo i luoghi rappresentati. **Saranno utilizzate come attivatori di parole.**

Verrà chiesto ad ogni alunno di scegliere una sola fotografia tra le tante. Gli verrà poi chiesto di **scrivere un breve testo** raccontando il motivo per cui ha scelto quella precisa foto. **Le parole che nasceranno lo metteranno in relazione con immagini che non conosce, ma che farà proprie attraverso la parola.** Inconsciamente si proietterà in una situazione sconosciuta che lo porterà così ad avvicinarsi ad un proprio sentire familiare. Si racconterà attraverso l'inatteso e lo sconosciuto. Basterà questo semplice gesto per ridare nuova vita a queste fotografie dimenticate, caricandole di nuovi significati, naturalmente slegati dal motivo per cui esse furono create.

I testi resteranno intime confessioni con se stessi per chi non vorrà condividere con il gruppo. Saranno parole che verranno utilizzate poi, in forma diversa, in un successivo altro esercizio di confronto con il proprio volto.



esperienza n.5

VOLTI

Il laboratorio entra nel vivo dell'indagine identitaria.

Gli autoritratti di ogni alunno verranno stampati in bianco e nero e appesi al muro uno accanto all'altro.

Nessuno dei partecipanti aveva ancora visto né la propria immagine né tantomeno quella dei compagni.

Verrà chiesto ai ragazzi di camminare velocemente davanti a tutti i volti appesi, dando così un primo sguardo superficiale al proprio ritratto e a quello degli altri.

Saranno chieste loro le prime impressioni.

Successivamente, ognuno di loro si posizionerà davanti al proprio volto e **si osserverà.**

L'assenza del colore nella fotografia fa in modo che i ragazzi si possano concentrare maggiormente sui tratti del proprio volto, escludendo ogni possibile disturbo.

Si osservano in silenzio, esterni a se stessi. Non come davanti ad uno specchio che rimanda solo ciò che vogliono mostrare rispondendo ai loro movimenti, ma di fronte ad un esempio di realtà che non possono controllare.

Cosa succede se mi allontano?

Cosa cambia se mi sposto verso destra o verso sinistra?

E se mi siedo o salgo sopra una sedia, il modo di osservarmi cambia la percezione del mio volto?

O meglio, mi sento cambiare?

Sono queste alcune delle domande che verranno poste gli alunni in questo loro primo rapporto con la propria immagine.

E se il tuo volto avesse una musica? Quale musica sarebbe?

Sarà questo un invito a cercare un brano che ogni ragazzo sente particolarmente legato a sé in quel momento e, ascoltandolo in cuffia, continuerà ad osservarsi in silenzio.

Molti modi per vedersi. Non ne esiste uno giusto o uno sbagliato. Sicuramente **una maniera nuova per ascoltarsi.**



esperienza n.6

FRAMMENTI

Questo è il momento del “fare”.

Ognuno staccherà la propria foto dal muro e la porterà al proprio banco.
Verrà chiesto di tagliare a strisce verticali la fotografia.

Prime impressioni: cosa è successo alla vostra immagine?
Si attiva così una scomposizione dell'identità.

Il volto ora è fragile, scomposto. Un soffio di vento può cambiarlo.
Ma le strisce sono ancora lì, una accanto all'altra.

Cosa succede se ne tolgo una?

E se invece la togliesse il nostro compagno di banco?

Manca qualcosa o possiamo lasciare il nostro volto così? O magari voglio aggiungere altro?

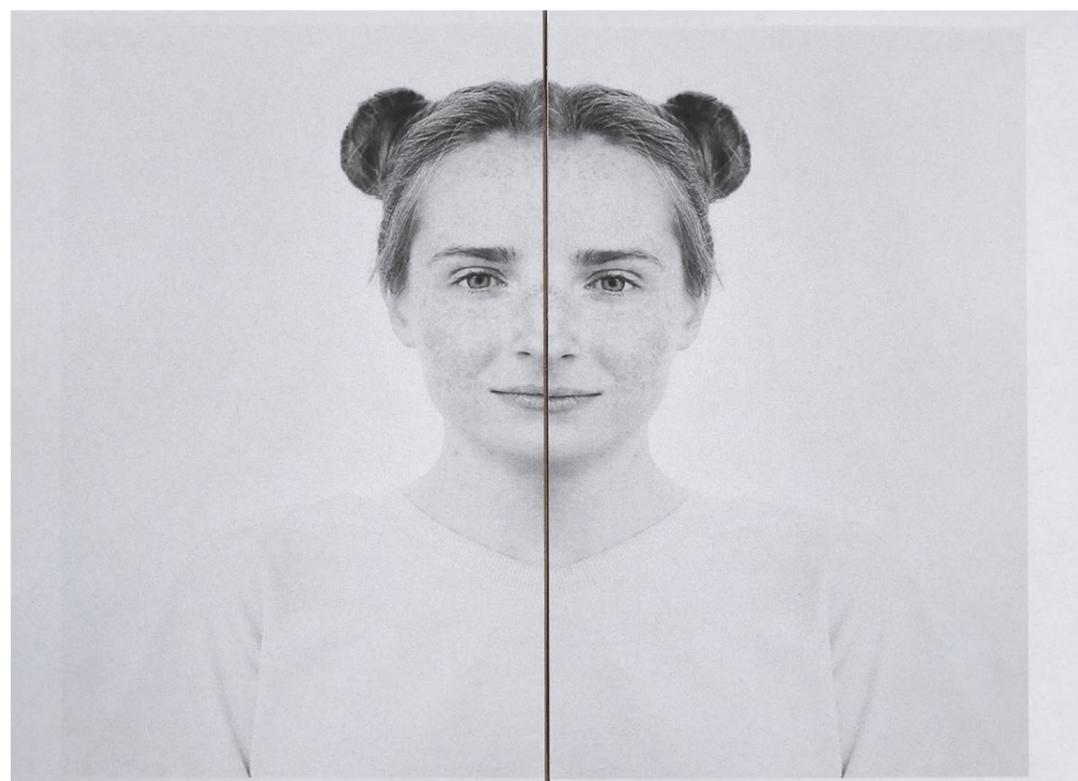
E se mescoliamo le strisce? Temiamo, forse, di non poterle più rimettere in ordine?

Quest'esperienza, come tutte le altre, non ha alcuna pretesa psicologica. E' un viaggio dentro sé stessi, alla scoperta della bellezza (anche) imperfetta della propria immagine.

Ha l'obiettivo di **interagire con il proprio io in maniera nuova**, senza l'utilizzo di filtri fotografici come i ragazzi sono propensi spesso ad abusarne nelle foto che pubblicano nei social.

Da un controllo quasi totale del proprio volto nel mondo virtuale, in questo percorso **lavorano sulla realtà dell'essere**, affascinandosi e scoprendosi.

Essere veri.



esperienza n.7

L'ALTRO

I ragazzi continuano ad interagire con il proprio volto.

Riprendendo in mano una nuova stampa, questa volta la taglieranno esattamente a metà.

Si taglieranno a metà.

Osserveranno la parte rimasta. Probabilmente qualcuno penserà che è la sua metà migliore, qualcun'altro invece dirà che è rimasta la sua parte peggiore.

Ma cosa succede se prendiamo la stessa metà e la specchiamo accanto a quella precedentemente tagliata?

Nessuno nasce perfettamente simmetrico. Ci guardiamo allo specchio e pensiamo erroneamente che il nostro volto sia composto esattamente da due parti uguali.

Sarà interessante notare come invece **non siamo perfetti**. Non siamo due parti migliori o peggiori del nostro volto. Siamo diversi e le diversità generano nuove visioni di noi.

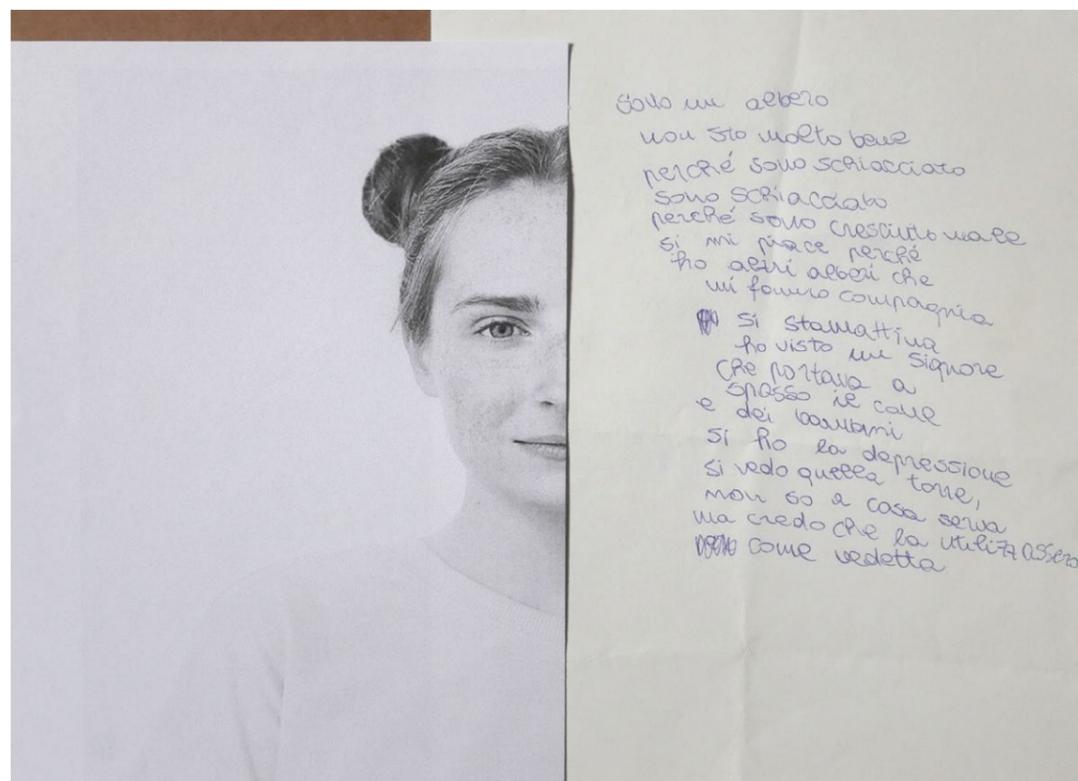
Come sarà interessante notare che il nostro viso in realtà nasconde altri due soggetti molto diversi da quelli che siamo (creati entrambi dalle due metà specchiate).

Quante identità possiamo avere?

Con quante facce ci mostriamo al mondo?

Ne eravamo consapevoli?

Nessuno è perfetto.



esperienza n.8

RIVELAZIONI

In questa esperienza riprendiamo in considerazione **la scrittura**. Ogni ragazzo si relazionerà ora con il testo che aveva creato precedentemente nell'esercizio con le "fotografie inutili" (*esperienza n.4*).

Verrà introdotta **l'arte della cancellazione** tanto utilizzata dall'artista Emilio Isgrò. La sua pratica si basa sull'atto di rimuovere e cancellare, anziché aggiungere o costruire. Isgrò utilizza questa tecnica per mettere in discussione il concetto di autorità, il potere del linguaggio e la natura stessa dell'informazione.

In questo processo, rimuove parole o frasi intere, lasciando spazi vuoti o bianchi che diventano i protagonisti dell'opera d'arte. Questi spazi vuoti non sono semplici assenze, ma portano con sé un'energia concettuale e simbolica potente. Lascia libere, non cancellate, alcune parole che acquisiscono nuovi significati slegati dal testo originale.

La cancellatura non è una banale negazione ma piuttosto l'affermazione di nuovi significati: è la trasformazione di un gesto negativo in un gesto positivo.

E questo verrà chiesto ai ragazzi: **cancellare per rivelare**.

Una stampa di una metà del proprio volto verrà affiancata a quel testo nato da una fotografia che prima non apparteneva.

Saranno coperte le parole, cancellate, per lasciar spazio solo ad alcune che resteranno visibili.

Saranno queste che andranno a completare la parte mancante del volto di ognuno.

Noi siamo fatti anche di parole, dette e non dette.



esperienza n.9

IDENTITÀ

Tutto è pronto per l'atto conclusivo di **RIGENERAZIONE**.

Ogni alunno sarà invitato a costruire un nuovo proprio volto attraverso la tecnica del collage.

Gli elementi che lo comporranno saranno tutti i materiali visivi creati fin dall'inizio del percorso: le prime foto istantanee del soffitto, le strisce del viso, le metà stampate del volto di ognuno e lo scritto cancellato/rivelato. Tutto servirà per questo **nuovo autoritratto** che non rappresenterà solamente un volto, ma le tante piccole sfaccettature che lo compongono, nascoste o rivelate.

Un modo creativo per comunicare concetti complessi o sentimenti difficili da esprimere con le parole, offrendo **un'opportunità di riflessione**, esplorazione e trasformazione, favorendo un processo di autocoscienza e autocomprensione.

I ragazzi avranno la possibilità di **osservarsi in un modo nuovo**, aumentando l'autoconsapevolezza, sperimentando un profondo senso di riflessione su sé stessi.

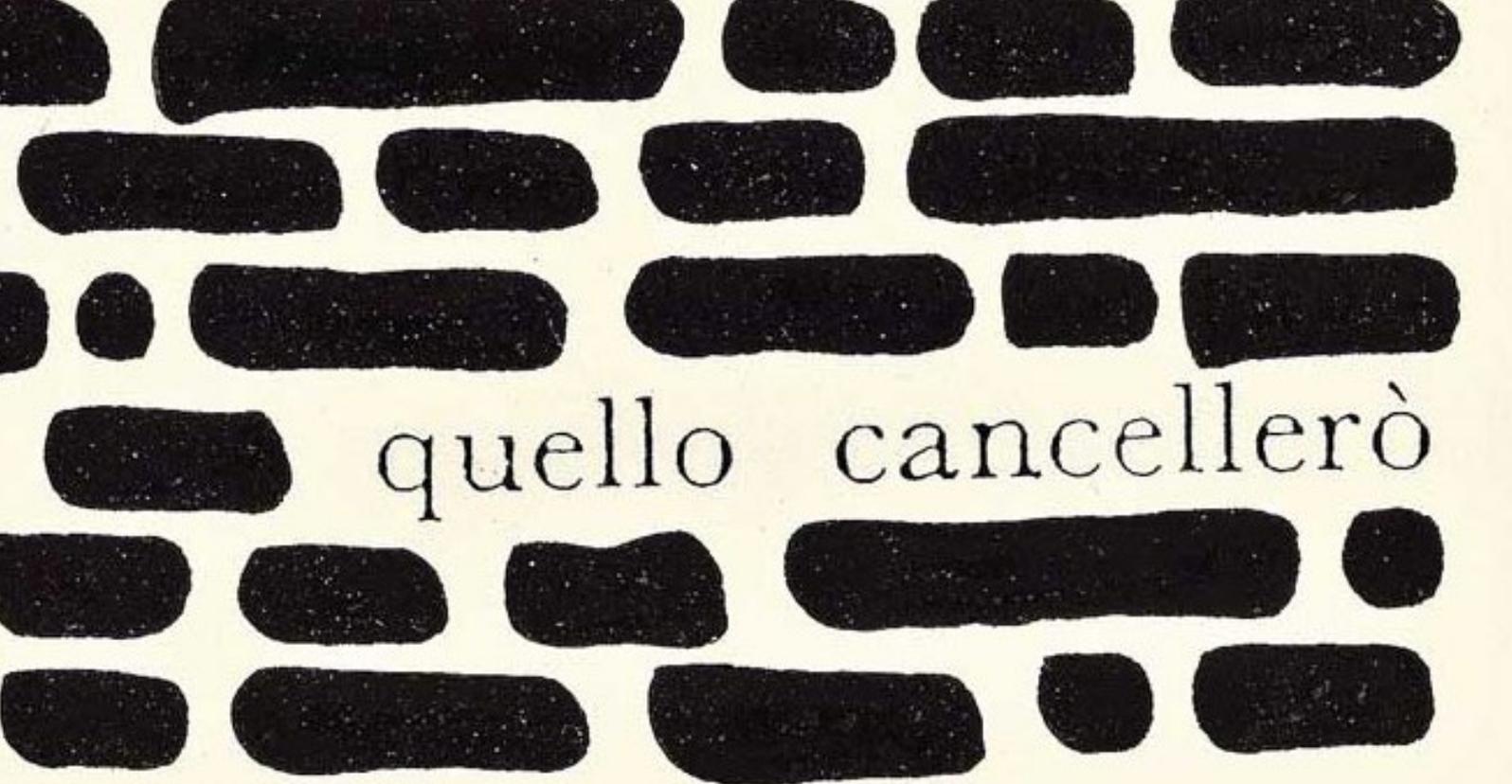
Saranno meravigliati di poter attivare **un intenso dialogo con se stessi** attraverso la propria immagine, entrando in empatia con essa, accettando e apprezzando le proprie imperfezioni e caratteristiche uniche.

Un nuovo viso, frammentato certo, ma mai così unico.



**MATERIALI NECESSARI PER LA
REALIZZAZIONE DEL LABORATORIO**
(con la partecipazione di un numero massimo di n°25 ragazzi)

- n°5 macchine fotografiche
FUJIFILM INSTAX WIDE 210
(fornite dal docente)
- Pellicole istantanee
(fornite dal docente)
- macchina fotografica digitale + cavalletto
- bende per coprire gli occhi
(fornite dal docente)
- vecchie fotografie
(fornite dal docente)
- stampe dei volti in formato A4
- fogli A4 bianchi, penne, pennarelli, forbici, scotch, colla, cartoncino
- auricolari per ciascun alunno



quello cancellerò

“essere ME”

Abitare i luoghi dell'adolescenza.

Laboratorio fotodidattico/esperienziale
di Luca Bortolato

www.lucabortolato.com
mail: info@lucabortolato.com / tel. +39 346 6726824