

DE LA ÎNTÂLNIRE LA POVESTIRE

Metodo Integrato Marchio Patti®
ASS. LA CITTÀ DEL SOLE



SCOP

CREAȚIE INDIVIDUALĂ

- libertatea de comunicare verbală și non-verbală
- schimbarea punctului tău de vedere
- să ajungi la tine și ceilalți

MATERIALE

- hârtii de desen A3 & A4
- pixuri
- aquarelă și tempera
- mănuși din latex (pentru cei care nu doresc să-și murdărească mâna)
- plastic ca să protejeze podeaua dacă se desfășoară înăuntru

PREGĂTIRE

Să pregătim aquarelele și să protejăm podeaua/masa de vopsea, dacă activitatea se desfășoară în interior.

INTRO

Această activitate este o întâlnire a culorilor, ca metaforă la întâlnirea dintre oameni, care după prima fază se transformă într-o întâlnire a unor minți creative, care vor construi o poveste.



PASI

1. (10 minute) Alege culorile care îți plac cel mai mult și folosește-ți mâna ca să aplici vopseaua pe hârtie dar fără să ai o idee clară sau un plan. În timpul activității de colorat, culorile se vor întâlni, se vor forma altele noi și se vor forma alte forme neașteptate, neplanificate.
2. (10 minute) După această etapă să-ți dai timp pentru observarea și lucrarea formelor care s-au creat.
3. (15 minute) Începând cu imaginile observate scrie o mică poveste pe hârtie.
4. După aceea să-ți iei jurnalul și scrie cum te-ai simțit în timpul activității și după această experiență.



REFLECȚIE

Ce ai simțit în diferitele etape ale acestei experiențe?
Cum crezi că această experiență poate contribui la construirea rezilienței?

OBSERVAȚII

Această activitate este utilă pentru a preveni stări de stres fizic și mental, mai ales pentru persoanele cu o viață agitată, condiții de muncă stresante, în care conexiunile cu ceilalți sunt compromise de scopuri care nu iau în seamă timpul și nevoile individului.



DE LA ÎNTÂLNIRE LA POVESTIRE

