**« Tous à la page » nouvelle formule — Bénédicte Lagier**

**RCF Alpes-Provence**

30’ — N° 1 – 08/09/2023

(Enregistrement le 20/07/2023)

Invité : Boris Cyrulnik — Auteur et neuropsychiatre

Thème : L’écriture résiliente

Bonjour et bienvenue, merci de votre fidélité. On explore le pouvoir de l’écriture aujourd’hui dans « Tous à la page ». Celui de nous faire du bien (le fameux plaisir d’écrire), mais aussi de nous soulager quand ça va mal, voire de nous aider à aller mieux, en surmontant nos traumatismes notamment. Ce qu’on appelle « l’écriture résiliente ».

Qu’est-ce que la résilience ? En quoi l’écriture peut-elle contribuer à soigner nos souffrances ? Quand et comment la pratiquer pour qu’elle participe pleinement à un processus de reconstruction ? Le clavier a-t-il les mêmes vertus que l’écriture manuscrite ?

On en parle avec mon invité…

**Bonjour Boris Cyrulnik !**