

LABORATORIO DI SCRITTURA
CREATIVA

Sig.ra Giovanna Pisapia

Ore 15.30 - Aula 1



Da lunedì 7 ottobre ogni 15 giorni: corso per principianti.

Da lunedì 14 ottobre ogni 15 giorni: corso avanzato per gli iscritti che hanno già frequentato il corso.

Il sogno di scrivere

“E allora scrivere non è mai solo raccontarsi, ma lasciare che le storie ti vengano a trovare e si mescolino con quello che hai vissuto. Così alla fine non si tratta solo di mettere su carta la propria vita. Ma di riempire quella vita di altre cose, di aggiungere vita ai giorni che hai vissuto.”

Roberto Cotroneo *Il sogno di scrivere*

Oggi indubbiamente si scrive di più. Le tecnologie dell'informazione invitano lettori o ascoltatori a reagire scrivendo. Vengono incentivate forme di comunicazione in rete e si è scoperto che è facile pubblicare in proprio un libro di poesie, racconti, da regalare agli amici, un'autobiografia o biografia di un parente. Queste opportunità spingono molti a riprendere in mano la penna e a esprimersi attraverso la scrittura.

Inoltre si scrive di più perché le persone trovano nella scrittura un modo per stare meglio. Lo scienziato J. W. Pennebaker ha dedicato gran parte della sua attività di studio alla ricerca degli effetti terapeutici della scrittura, non solo sul piano psicologico ma anche fisiologico e organico, scoprendo che riduce lo stress e quindi migliora la memoria, aiuta ad affrontare i momenti di cambiamento, alza le difese immunitarie e tanto altro ancora.

Ecco quindi la proposta di un laboratorio per acquisire maggiore consapevolezza delle proprie capacità narrative, esplorare il proprio potenziale creativo in un ambiente inclusivo e non giudicante, condividere le proprie storie e idee con una comunità appassionata di scrittura e lettura.

**Gli Incontri saranno condotti da Giovanna Pisapia
(Operatrice certificata di scrittura terapeutica)**