

**PERCORSO DI SCRITTURA CREATIVA
PROMOSSO DAL CONSULTORIO FAMILIARE DIOCESANO INSIEME**



IL PROGETTO

Il nostro pensiero, spesso, tende a selezionare alcune prospettive preferite per conoscere la realtà, eppure esistono tanti punti di vista quante specifiche angolazioni assumiamo per irradiare uno specifico vissuto che sia doloroso o gioioso. Uno strumento efficace per esplorare i propri vissuti da prospettive diverse è l'utilizzo della scrittura creativa, un modo semplice e liberatorio di esprimere parti di sé sconosciute attraverso indicazioni che guidano all'espressione di tesori nascosti dentro l'abituale narrazione di sé e degli altri. Quello che uscirà, sarà un gomitolino autobiografico, che si snoda, in funzione dello stato d'animo, nelle mani degli scrittori, in illustrazioni in cui né la firma né il titolo avranno realmente a che fare con il senso. Quest'ultimo apparterrà all'osservatore che progressivamente si libererà della dipendenza fra sé e i suoi affezionati mostri interiori.

A CHI SI RIVOLGE

Il corso è stato pensato per un massimo di 10 partecipanti sulla piattaforma online di Zoom. I destinatari sono tutti colori che hanno voglia di mettersi in gioco nell'esercizio creativo della scrittura. Inoltre, il percorso invita alla partecipazione coloro che riportano un vissuto spesso conflittuale con il cibo e l'alimentazione, al fine di facilitare un maggior contatto con sé e con i propri bisogni di essere metaforicamente e realmente nutriti e di nutrire.

OBIETTIVI

- Facilitare la connessione con sé stessi, bypassando i meccanismi di difesa, in modo che anche le parole più nascoste possano risalire in superficie;
- Prendere consapevolezza di emozioni, pensieri e comportamenti e della loro stretta interazione

in modo tale da rendere possibile e necessario il cambiamento;

- Allenare la parte adulta e accudente di sé a prendersi cura delle sue parti più vulnerabili, garantendo un buon nutrimento alle risorse trasformatrici e rigeneratrici di sé.

PERSONALE

Il corso è organizzato dalla Dr.ssa Rita Ghezzi, psicologa e psicoterapeuta.

METODOLOGIA

Ai partecipanti verrà chiesto di produrre brevi testi scritti seguendo una traccia-stimolo alla scrittura creativa. I partecipanti potranno scegliere se leggere i propri scritti, sui quali, in caso di condivisione, verrà costruita insieme una narrazione approfondita attraverso il dialogo con la docente e i compagni. La narrazione prenderà in considerazione, di ogni testo, la costruzione dei personaggi, la trama, i registri linguistici e il punto di vista dei narratori restituendo allo scrittore informazioni ed immagini di sé nuove, perchè fino ad ora rimaste inesplorate o per timore, allontanate.

TIMING

Il corso è stato pensato in 8 incontri, di due ore ciascuno, il martedì dalle ore 20.45:

- Martedì 9 febbraio - I lezione: Parole a caso
- Martedì 16 febbraio - II lezione: Sulla terra e sulla luna
- Martedì 23 febbraio - III lezione: A cena con Frankenstein
- Martedì 2 marzo - IV lezione: La trappola del desiderio
- Martedì 9 marzo - V lezione: La pianta delle pantofole
- Martedì 16 marzo - VI lezione: Il punto di vista di un estraneo
- Martedì 23 marzo - VII lezione: Momento topico
- Martedì 30 marzo - VIII lezione: La storia del proprio nome

ORGANIZZAZIONE DEI CORSI E ISCRIZIONI

È richiesta l'iscrizione entro domenica 7 febbraio attraverso le seguenti modalità:

- presentandosi direttamente negli orari d'apertura del Consultorio Familiare Diocesano Insieme ai seguenti recapiti: via Frecavalli 16 Crema
- telefonando al numero 0373 82723 negli orari di apertura del Consultorio
- Tramite la mail info@consultorioinsieme.it

GIORNI DI APERTURA DEL SERVIZIO:

LUNEDI' – VENERDI 09.00/12.00 E 14.00/18.00

SABATO 9.00/12.00