



LED - Laboratorio di Educazione al Dialogo

# L'ARTE DELL'AUTOBIOGRAFIA: LA SCRITTURA COME CONOSCENZA DI SÉ (2° livello)



con **Antonio Zulato**

**Domenica 15 aprile 2018**  
**ore 9.00 – 13.00 e 14.30 – 18.30**

a Villa S. Ignazio, via delle Laste 22, Trento

La scrittura possiede un grande potere di conoscenza e cura di sé riconosciuto dalle scienze umane e dalla psicologia clinica. Il valore terapeutico o bonificante della scrittura dà voce alla memoria che ridice ciò che è rimasto nella mente e nel cuore aprendo uno spazio capace di fornire senso e ricerca al “qui ed ora”. Raccogliere, ordinare, trasfigurare poeticamente o simbolicamente la memoria, in un getto d'inchiostro incontrollabile ed inesauribile, è vivere l'esperienza della propria ricchezza e diversità interiore.

## PER INFORMAZIONI ED ISCRIZIONI

LED Laboratorio di Educazione al Dialogo – Villa S. Ignazio – tel. 0461.268873 –  
Lunedì e Mercoledì 15.00-18.00 – e-mail: led@vsi.it – Sito Web: www.led.vsi.it –  
Pagina Facebook: LedLaboratorioDiEducazioneAlDialogo

**ISCRIZIONI PREFERIBILMENTE ENTRO IL 4 APRILE 2018**

Il laboratorio di “scrittura autobiografica” è un luogo e un tempo in cui si elaborano le strategie per recuperare i ricordi significativi della propria vita.

## Perché ripensare (e scrivere) la propria storia?

Il laboratorio vuole rappresentare, oltre che un momento di riflessione sulle teorie e le pratiche della scrittura di sé, l'esperienza concreta delle tecniche narrative e della loro capacità di far emergere l'invisibile che è in noi.

Si tratta innanzitutto di un'esperienza auto formativa che ci offre l'opportunità di conoscere maggiormente noi stessi e gli altri attraverso l'affinamento delle capacità di osservazione.

## Programma

- ♦ Autopresentazione: motivazioni e “attese”
- ♦ Prime scritture laboratoriali
- ♦ Introduzione teorica al pensiero autobiografico
- ♦ Sperimentazione del valore formativo della scrittura come strumento di consapevolezza e di autoanalisi
- ♦ La scrittura spontanea
- ♦ Haiku: straordinaria metafora dell'autobiografia; nozioni teoriche e pratiche di scrittura
- ♦ Esercitazioni di scrittura: le emozioni dei ricordi, il piacere del racconto, la cura di sé attraverso la ricomposizione di trame, di personaggi e la ricerca del senso nel corso della propria vita; individuazione dei propri “simboli” forti
- ♦ Momenti di condivisione (libera) per riflettere sulle potenzialità del confronto di esperienze e di storie.

## Antonio Zulato

Laureato in filosofia ed Esperto in Metodologie Autobiografiche formatosi presso la “Libera Università dell'Autobiografia” di Anghiari (AR).

## Modalità di iscrizione e pagamento

Il costo per il percorso è di € 75, più 5 € di quota associativa per l'anno 2018 (eventuali riduzioni concordabili). Per iscriversi contattare la segreteria (telefonicamente o per mail) comunicando i propri dati (cognome, nome, indirizzo, telefono, e-mail) ed effettuare il versamento della quota d'iscrizione in contanti, tramite assegno o bonifico bancario intestato a Led, Laboratorio di Educazione al Dialogo, codice IBAN: IT 45 H 08304 01833 00000 9791693, con causale il proprio cognome e il nome del corso (es. Rossi autobiografia).