



Fondazione Università Popolare di Torino
Anno Accademico 2024/2025

Emozioni da vivere e scrivere

Un percorso di scrittura e consapevolezza di sé

Sede del corso: Palazzo Campana

Docente: Prof.ssa Francesca DI GANGI

Martedì ore 19.20 – 20.50

Il corso inizierà martedì 22 ottobre 2024 e terminerà martedì 21 gennaio 2025

Presentazione: Tutti noi ogni giorno viviamo emozioni e, nonostante dirigano la nostra vita, continuiamo a voler pensare che sia invece la ragione a guidarla, come se ammettere di affidarci alle emozioni fosse disdicevole o poco “evoluto”. È la continua battaglia tra testa e cuore, dove a volte vince l’una e molto più spesso l’altro. Ma cosa sono le emozioni? Daniel Goleman afferma che “tutte le emozioni sono, essenzialmente, impulsi ad agire; in altre parole, piani d’azione dei quali ci ha dotato l’evoluzione per gestire in tempo reale le emergenze della vita”. Ma sono soltanto questo? E che significato hanno le emozioni nella nostra vita?

Attraverso un percorso che si snoda fra poesia e letteratura affronteremo le emozioni, quelle che viviamo e quelle che ci neghiamo, e lo faremo confrontandoci e scrivendo.

Obiettivi: Attraverso il confronto con le emozioni così come le troviamo nelle poesie e nei brani letteratura che leggeremo creiamo un ponte fra chi siamo, quali sono le nostre emozioni e come le viviamo, come sono vissute nel mondo, come le raccontano i narratori e i poeti.

Contenuti:

Una diversa emozione per ogni incontro.

La definizione dell’emozione e il suo racconto nelle pagine degli autori che leggiamo.

La scrittura intorno a quella emozione.

Il confronto su cosa è per noi quell’emozione.

Metodo: ogni incontro è suddiviso in tre parti: lezione e lettura, scrittura, confronto.

Il corso sarà in presenza.

Materiale necessario

Ogni corsista dovrà avere a lezione un quaderno o un taccuino e una penna con i quali gli è piacevole scrivere.

Prof.ssa Francesca Di Gangi

Counselor, Sociologa, laureata in Psicologia, autrice del metodo della Scrittura Riparativa®

www.francescadigangi.it www.scritturariparativa.it info@scritturariparativa.it