



Ljus av Balarm e Patrizia Grotta sono felici e fiere di presentarti il loro **primo corso-laboratorio psicocreativo on-line e on demand**.

Sotto l'egida operativa ormai plurirodada dei laboratori di facilitazione psicocreativa di Ljus av Balarm, Patrizia Grotta ha voluto offrirti un valore aggiunto: la comodità di seguire il corso da casa tua – o da qualsiasi luogo sceglierai – totalmente in autonomia di tempistiche e fruizione! Il corso, infatti, è stato concepito e realizzato per una modalità asincrona ma ugualmente funzionale e stimolante.

Non solo: pur godendo della comodità e della libertà di accesso secondo i tuoi ritmi e i tuoi spazi, non perderai un'oncia dell'interattività costante che caratterizza i corsi in presenza e/o in sincrono! Patrizia ti seguirà passo dopo passo, grazie alle esercitazioni e al diario di laboratorio.

Scoprirai come e con quanta ispirazione, già dalle prime battute del corso laboratorio.

SPECIFICHE PRELIMINARI

Requisiti per seguire il corso laboratorio

- Attitudine e/o la curiosità alla scrittura creativa
- Desiderio/capacità di autoesplorazione psicologica.

Destinatari del corso laboratorio

- Persone con la passione per la scrittura e con un interesse verso la conoscenza di sé stessi.

Obiettivi di apprendimento del corso laboratorio

- apprendere le abilità di osservazione e descrizione propedeutiche alla scrittura creativa
- apprendere abilità e competenze narrative di base
- individuare la Narrazione di sé stesso
- scomporre questa prima narrazione e individuare narrazioni alternative alla prima
- padroneggiare il proprio multiverso narrativo.

PANORAMICA DEL CORSO-LABORATORIO

Questo corso ti offre l'occasione di esplorare il fantastico mondo dell'arte del Raccontare una fiaba, consentendoti di acquisire abilità e competenze narrative di base e, al contempo, elementi conoscitivi del tuo interiore modo di essere.

Con semplici ed efficaci strumenti ideati appositamente per questa funzione, il Narrante narrato – cioè tu – verrà facilitato all'espressione strutturata della propria creatività in modo da riuscire a:

- apprendere le abilità di osservazione e descrizione propedeutiche
- apprendere abilità e competenze narrative di base
- individuare la Narrazione di sé stesso
- analizzare questa prima narrazione e individuare una narrazione alternativa che offra una panoramica esauriente di ogni sfumatura personologica.

Attraverso un percorso composto da undici sessioni (più due video introduttivi), potrai raggiungere questi obiettivi:

- acquisizione di fondamenti della narrazione di una fiaba
- facilitazione dell'emersione della naturale tendenza narrativa
- creazione di una fiaba originale
- declinazione multiverso della fiaba creata
- individuazione di punti specchio nella fiaba

La struttura del corso prevede due sezioni, qui di seguito descritte.

Nella **prima sezione**, avrai l'opportunità di comprendere quanto complessa e affascinante sia la dinamica della Narrazione, fra istinto e tecnica. Tanto l'istinto quanto la tecnica verranno affinati con esercizi mirati, in cui apprendere i fondamenti per essere dei “narratori” e, contemporaneamente, iniziare a mettere in gioco te stesso.

Le abilità chiamate in causa in questa fase sono quelle di:

- osservare
- visualizzare
- immaginare
- descrivere
- osare
- inventare

Gli obiettivi raggiungibili sono:

- fluidità (quanto facilmente scorre la narrazione)
- flessibilità (quanto ampio è il range di narrazione)
- originalità (quanto personale e diverso è lo stile di narrazione)

Nella **seconda sezione**, entreremo nel cuore più intimo del corso laboratoriale, dove tutto ciò che avrai appreso precedentemente diventa strumento per cimentarsi nella creazione originale di una Storia. Attraverso questa Storia, ti addentrerai nel tuo universo interiore per conoscerlo e modificarlo.

Le abilità chiamate in causa in questa fase sono quelle di:

- introspezione personale
- flessibilità nell'ideazione di sé stessi
- tendenza al cambiamento

Gli obiettivi raggiungibili sono:

- creazione di una storia personale
- riflessione critica su sé stessi
- riconsiderazione di sé e delle proprie esperienze personali.

Ogni sessione è corredata da **risorse di apprendimento** studiate appositamente per la modalità in asincrono e **compiti-obiettivi** da elaborare in costante confronto con la facilitatrice.

PANORAMICA SULLE SESSIONI DEL CORSO LABORATORIO

Primo video - Introduzione al corso

In questo video, oltre a una necessaria breve presentazione dell'insegnante, potrai riflettere insieme a lei su tre importanti domande:

- Perché narrare?
- Perché narrare sé stessi?
- Perché narrare sé stessi in una prospettiva di multiverso dell'autonarrazione?

Secondo video - Strutturazione del corso

In questo video, focalizzeremo:

- l'importanza della modalità con cui si racconta sé stessi per dar forma alla propria identità
- gli obiettivi del corso in termini di narrazione, autonarrazione e narrazione multiverso
- la struttura del corso e le sue sessioni progressive di acquisizione delle competenze
- il glossario dei termini ricorrenti nella struttura del corso.

Terzo video - I sessione “Parole per sé stessi”

In questo video, imparerai a individuare quattro diverse declinazioni della tua autonarrazione:

- Sé intimo
- Sé formale
- Sé pubblico
- Sé segreto

Quarto video - II sessione “Parole per narrare”

In questo video, imparerai l'importanza di

- immaginare
- descrivere
- differenziare

Quinto video - III sessione “Parole e persone”

In questo video, imparerai a tratteggiare i personaggi della tua narrazione.

Sesto video - IV sessione “Parole e luoghi”

In questo video, imparerai quanto i luoghi - l'ambientazione - della tua narrazione sia importante al punto da salire al rango di protagonista.

Settimo video - V Sessione “Parole e affettività”

In questo video, imparerai a differenziare gli elementi dell'affettività:

- emozione
- sentimento
- stato d'animo

e a introdurli nella narrazione.

Ottavo video - Sessione di raccordo “Eco nell’anima”

In questo video, attraverserai la soglia che, dalla mera tecnica della scrittura creativa, conduce alle risonanze personali della narrazione

Nono video - VII Sessione “La Creazione”

In questo video, affronterai queste tematiche:

- Perché una fiaba come autonarrazione?
- Quali sono le caratteristiche della fiaba?
- Quali sono le fasi della struttura della storia
- Chi sono i personaggi della storia?

Decimo video - VIII Sessione “La Creatura”

In questo video, apprenderai a definire la scaletta della struttura narrativa secondo questi elementi:

- idea narrativa
- ambientazione
- nucleo narrativo
- personaggi
- distribuzione dei ruoli
- relazioni
- evoluzione della trama.

Undicesimo video - IX Sessione “A ritroso nel tempo”

In questo video, imparerai a:

- destrutturare la fiaba che hai scritto nei vari nuclei personologici
- individuare la tramatura relazionale
- effettuare un'analisi emozionale del racconto
- costruire una multiprospettiva di una narrazione multiverso

Dodicesimo video - X Sessione “Tracce di me”

In questo video, imparerai a:

- individuare
- riconoscere
- rivendicare

tracce di te in alcuni o persino tutti i nuclei personologici creati nella sessione precedente.

Tredicesimo video - XI Sessione Ricapitolando

In questo video conclusivo, sarai in grado di fare il punto del tuo apprendimento su:

- la strutturazione di un multiverso narrativo esauriente e coinvolgente, in cui ogni nucleo personologico abbia espressione e profondità
- le tue capacità di empatia e compenetrazione narrative.

**IL CORSO-LABORATORIO
“IL MULTIVERSO DELL’AUTONARRAZIONE”
TI ASPETTA SU UDEMY!**

Il Multiverso dell’Autonarrazione è un progetto concepito e realizzato da



©2024 [Ljus av Balarm](#) e [Patrizia Grotta](#)