



condotto dalla

Scrittrice

Sonia Scarpante



CORSO - LABORATORIO ONLINE DI SCRITTURA

# Scrivere per Amarsi

Viaggio introspettivo  
attraverso la scrittura

Metodo Scarpante®

## *Perchè iscriversi a questo corso?*



La Scrittura è

lo strumento per vedere nelle tue emozioni dando loro parola.

È un mezzo potente nelle mani di chi è alla ricerca di un miglior equilibrio interiore.

Il lavoro continuo di una scrittura salvifica, può aiutare ad elaborare anche la sofferenza più acuta come un lutto, a superare traumi di cui molti di noi portano sul proprio corpo stimate evidenti.

Scrivere aiuta anche ad affrontare e superare periodi prolungati di forte stress emotivo che minano l'equilibrio psico fisico e quindi lo stato di salute.

## *Cosa sperimenterai durante questo corso?*

Scrivere, condotti da un metodo, aiuta ad acquisire consapevolezza, ad esprimersi superando i blocchi imposti o autoimposti, a perdonarsi ed ad amarsi.

Attraverso la parola scritta si acquista consapevolezza delle proprie emozioni, primo passo per imparare a gestirle.

Sperimenterai, se sei disposta/disposto a metterti in gioco, un viaggio introspettivo impegnativo in grado di offrire nuove possibilità per ascoltarti e per conoscerti meglio.

Per mezzo della scrittura puoi imparare a sanare le relazioni affettive e a meglio relazionarti con il prossimo e con te stessa / stesso.

Scoprirai che la scrittura può essere terapeutica e divenire uno strumento per trasformare le nostre debolezze in forza relazionale ed etica.

## *Come si svolge il corso?*



Il corso si articola in un percorso di sette incontri a settimane alterne ciascuno di due ore.

Il percorso, esperienziale ed introspettivo, prende vita all'interno di un gruppo, in cui ogni partecipante è invitato a scrivere e a condividere, condotti dalla scrittrice Sonia Scarpante.

Durante il percorso puoi imparare a parlare e a scrivere di emozioni e sentimenti senza sentirti giudicata / giudicato. Accadrà di riconoscere nella storia dell'altro analogie con la tua storia, di condividere una sofferenza e diventare più consapevole.

Dovrai essere disposta/ disposto a metterti in gioco, a vedere nelle tue emozioni dando loro parola in un laboratorio interattivo di scrittura terapeutica in cui dovrai essere non osservatore ma coprotagonista con i tuoi compagni di viaggio.

## *La modalità online è idonea per questo corso?*

L'emergenza Covid 19 ci ha condotto tutti online eppure ciò che sembrava una costrizione si è rivelata, in molti casi, una grande opportunità.

L'esperienza di chi ha già preso parte a tale tipologia di percorso esperienziale / laboratorio di scrittura online condotto dalla Scrittrice Sonia Scarpante è riassunta di seguito. Seguire online ha permesso di :  
rivelarsi con minor timori, vincere l'isolamento, lasciarsi coinvolgere e godere della partecipazione senza le preoccupazioni, le ansie, i sensi di colpa e le difficoltà organizzative che spesso accompagnano gli spostamenti per un corso in aula.

Lontani fisicamente ma mai così vicini nella condivisione di emozioni, bisogni, obiettivi.

## *Docente e Responsabile Scientifico del corso*



Sonia Scarpante

Scrittrice, Formatrice, Architetto

Autrice di numerosi testi di poesie, romanzi e saggi.

Leggi di più su [www.masterinscritturaterapeutica.it](http://www.masterinscritturaterapeutica.it)

## *Perché il Metodo Scarpante è diverso?*

Il metodo ideato da Sonia Scarpante si differenzia dalle altre tecniche di scrittura.

La sua specificità sta nel fatto che è stato ideato dalla scrittrice sperimentandolo in prima persona su sé stessa.

Riesce ad essere efficace perché molto coinvolgente ed introspettivo.

## *Chi può partecipare?*

Il corso-laboratorio Scrivere per Amarsi è per uso personale e non professionale.

È aperto a tutti coloro che desiderano intraprendere un percorso introspettivo, lavorando su se stessi per mezzo della scrittura.

## *Certificato di frequenza*

Al termine del corso è rilasciato un certificato di frequenza.

Il certificato non abilita ad alcuna attività differente da quella a cui si è abilitati per professione o titolo di studio.

## *Calendario e Durata*



E' richiesta la frequenza nei seguenti giorni, di Martedì dalle 18.30 alle 20.30

14 e 28 Settembre 2021      9 e 23 Novembre 2021

12 e 26 Ottobre 2021      1 Dicembre 2021

La durata del corso complessiva del corso è di 20 ore :

14 ore di lezioni in presenza online

6 ore minimo di studio personale dedicate alla scrittura

## *Quota di partecipazione*

€ 265,00 (€ 217,21 + iva). La quota può essere versata

in 4 rate :

75 € all'iscrizione

70 € il 05 Settembre 2021

60 € il 05 Ottobre 2021

60 € il 05 Novembre 2021

in 2 rate :

135 € all'iscrizione

130 € il 5 Ottobre 2021

## *Iscrizione online*

L'iscrizione può essere fatta online su [www.faberformecm.it](http://www.faberformecm.it)

Per ogni info : [info@faberformazione.it](mailto:info@faberformazione.it); tel. / wa 329 678 18 33

Per chi desidera apprendere il metodo della Scrittura Terapeutica con la Scrittrice Sonia Scarpante per motivi professionali può consultare Master in Scrittura Terapeutica Metodo Scarpante su [www.faberformecm.it](http://www.faberformecm.it)