



## 2. ESCRITURA CREATIVA PER A GESTIONAR EMOCIONS I ACTIVAR LA MENT

VICENTE MARCO AGUILAR

### Objectiu del curs

Aprendre les tècniques d'escriptura creativa per a contar històries pròpies, gestionar emocions i entrenar la memòria i la ment.

### Resum del curs

El taller es basa en el manual *Espectura creativa per a activar la ment* (Ed. Almuzara, 2020), escrit pel mateix ponent i la catedràtica en Psicologia Asunción Aguilar, i en els nombrosos tallers i cursos d'escriptura impartits per Vicente Marco a Espanya. Amb una base teòrica i nombrosos exercicis pràctics, el curs es configura com una eina per a millorar la comunicació, estimular la creativitat i potenciar les qualitats terapèutiques de l'escriptura sense perdre de vista la diversió.

### Temari i desenvolupament del curs

Com podem estimular la creativitat

Entrenar la imaginació

Tots som relat

L'estil i les habilitats lingüístiques

L'escriptura com a gestió de les emocions

Exercicis per a millorar l'atenció

La descripció i la memòria

L'estructura narrativa i les funcions executives

El punt de vista narrativa i la mirada. Exercicis per a millorar l'atenció

De la narrativa a la dramàtica. Habilitats socials i comunicatives