

LIBROTERAPIA



Docente: Tiziana Pennato, Psicoterapeuta appassionata di storie e di letteratura, da più di dieci anni conduce percorsi di Libroterapia, individuali e di gruppo. È membro della Jane Austen Society of Italy e della Italian Virginia Woolf Society.

Descrizione corso

Un viaggio tra le pagine dei libri alla (ri)scoperta di sé. Un tempo in cui sperimentare il potere trasformativo della lettura, condividendo pensieri, emozioni, riflessioni e risonanze, e scoprire che in ogni libro c'è qualcosa scritto proprio per noi.

Un laboratorio di Libroterapia in cui - a partire da 8 romanzi - le/i partecipanti saranno guidate/i a esplorare e confrontare riflessioni ed emozioni, pensieri e risonanze.

Nella libroterapia, il libro agisce da mediatore tra la persona e i propri vissuti interni e aiuta ad esplorarli, comprenderli ed elaborarli. La condivisione con il gruppo amplia le prospettive, svela aspetti inattesi, dona spunti di riflessione.

Ogni mese, alle/ai partecipanti sarà chiesto di leggere un romanzo, che sarà il punto di partenza della conversazione durante l'incontro successivo.

Calendario corso: da Mercoledì 7 Ottobre – 8 incontri

Orario: 18.30–20.00 (una volta al mese)

Costo: 130€
