

Es ist bekannt, dass...

- expressives Schreiben die Immunparameter verbessern und die Häufigkeit von Arztbesuchen reduzieren kann.
- sich gemeinsames Schreiben als Lebenshilfe bei chronisch Kranken bewährt hat.

«Die lebenserzählerische Wandlungskraft nutzen»

Über verschiedene Zugänge zu unserer Lebensgeschichte, wollen wir das erzählerische Potenzial anzapfen, das in der eigenen Biografie steckt. Über das Erinnern, Wiederholen und Durcharbeiten von prägenden Erlebnissen entstehen Miniaturen, Gedichte und kurze Prosastücke. Diese geben vertiefte Einblicke in unsere Lebensgeschichte. Vielleicht gelingt es uns Elemente unserer **Einzigartigkeit** herauszuschälen.

Schreiben wird als ein «Wort ergreifen» in einem Kreis von Vertrauten verstanden. Es ist ein kreativer Akt, der trotz schwierigem Thema Spass macht. Er befähigt uns, uns selbst und die eigene Situation neu zu betrachten.

Christian Kaiser und Doris Oberli begleiten die Gruppe und stehen mit Tipps und Tricks für gelungene Texte zur Seite.

hiv-aidsseelsorge
Universitätstrasse 46
8006 Zürich

Telefon: 044 255 90 55
Email: info@hiv-aidsseelsorge.ch
Homepage: www.hiv-aidsseelsorge.ch



Perlen fischen – Impuls-Nachmittage Schreibwerkstatt



Daten

Dienstag, 12. September 2017, 14:00 bis 17:00 Uhr
Dienstag, 26. September 2017, 14:00 bis 17:00 Uhr
Dienstag, 24. Oktober 2017, 14:00 bis 17:00 Uhr

Perlen fischen – Impuls-Nachmittage (Schreibwerkstatt)

«Schreiben heisst sich selber lesen», sagt Max Frisch: Künstler, Philosophinnen, Dichter nutzen seit jeher den autobiografischen Impuls zur Selbsterkenntnis. Wer biografisch schreibt, reflektiert sich nicht nur selbst, sondern denkt auch die Veränderung mit. So kann ein Verarbeitungs- und Lernprozess in Gang kommen. Die gezeigten Techniken des biografischen Schreibens lassen sich in den Alltag integrieren, damit man sich selbst auf die Spur kommt und sich in eine veränderte Realität hineinschreiben kann.

Hinweis

Im Vordergrund steht ein kreativer Schreibprozess, nicht das Produkt. Der Kurs ist keine Schreibtherapie. Um eine individuelle Betreuung zu gewährleisten, werden maximal 10 Anmeldungen berücksichtigt.

Hilfreich ist eine Bereitschaft, Geschriebenes mit anderen zu teilen.

Leitung

Christian Kaiser, Geh-Dichter, Erwachsenenbildner und Coach,
M. A. biografisches und kreatives Schreiben
www.silbensilber.ch

Doris Oberli, Sozialarbeiterin FH, hiv-aidsseelsorge

Schwerpunkte

- Schreibimpulse für die Entdeckung der eigenen Einzigartigkeit
- Antworten auf aktuelle Lebensfragen
- Schreibübungen und –rituale für den Alltag
- kreativer Prozess steht im Vordergrund (Rechtschreibung ist sekundär)
- mit Freude und Neugierde kann Neues entdeckt werden

Besammlung

Um 13.30 Uhr treffen wir uns im Begegnungszentrum, Universitätsstrasse 46,
8006 Zürich

Anmeldung

Doris Oberli, Sozialarbeiterin FH, hiv-aidsseelsorge
info@hiv-aidsseelsorge.ch
Tel. 044 255 90 55