

Emocions cap a l'acció.

Tallers de Gestió de les Emocions a través de l'estudi de fragments clau de la Literatura Universal.



Juan F. Gómez

<http://www.bytepsique.com>
Correu electrònic: jjoan7f@gmail.com

Emocions i Literatura.



Gestiona i Avança.



Emocions i Literatura.

Què ens ensenya la literatura sobre les emocions?
L'impacte que pugui produir-nos una obra literària depèn de la capacitat que tinguem de permetre a les nostres emocions aflorar.

El taller "Emocions i Literatura" ens mostra exemples de la Literatura Universal en què les emocions flueixen contagiant al lector del seu poder cap a l'acció.

INTRODUCCIÓ

- Abordar un text literari.
- Ficció i sentiments.
- Què són les emocions?
- Fórmula: Emoció cap a Acció.

LITERATURA.

- Amor romàntic. Viatge a través de l'atracció, intimitat i compromís dels personatges de la Literatura. Quan el temps es deté, quan res més importa, quan ens abandonem a tot. Visitem l'imaginari d'autors anglesos.
- Pena, dolor. El duel, com a etapa necessària per sobreposar-nos a l'adversitat. Sentirem la poesia japonesa en la seva suau subtileza. Meditació cap a i per la vida d'autors catalans.
- Alegria. L'explosió sincera, la manifestació lleugera de la vida. Fluir al costat d'ella mitjançant textos d'autors xinesos. Permetre que ens envolti la força de l'optimisme sincer.
- Culpabilitat, vergonya, gelosia. La literatura castellana i el seu torrent de passions, odis i anhels. Sud, emocionalment captivador.
- Compassió i llàstima. Autors nord-americans ens mostren el costat esquinçador de la humanitat, sense eufemismes. Pura realitat.

Emocions.

- Sentiment, emoció i estat d'ànim.
- Com diferenciar-los.
- Intervenir amb les emocions.
- Legitimitat de les emocions.
- Intel·ligència emocional.
- Ús de les emocions.
- Característiques de les emocions.
- Expressió distorsionada de les emocions.
- La reconstrucció lingüística.

