



# Escrita Autobiográfica

## 2024/25

### Apresentação

Neste curso, iremos explorar ferramentas de escrita que nos permitirão compartilhar as experiências e as ações da própria vida, em contextos específicos de tempo e espaço históricos.

Memórias e vivências pessoais serão os motes desencadeadores dos textos a produzir.

Sendo o texto autobiográfico uma escrita íntima e pessoal, permite-nos refletir sobre a forma como cada um de nós vive a vida e se relaciona com o Outro.

### Horário

Quartas, 15:00-17:30

### Datas

Curso Trimestral (10 sessões): 4 Dez - 19 Fev

- O curso inclui a saída, durante a realização de um dos exercícios de escrita, do espaço interior onde se realizará o workshop.

### Modalidade

Presencial

### Formador

Paulo Martins

### Preço

276€ (ou 4 x 69€) + 30€ inscrição + 4€ seguro escolar

## Destinatários

Pessoas interessadas em desenvolver competências na área da Escrita Autobiográfica. Não é necessário ter conhecimentos prévios.

## Objetivo Geral

Aprender a escrever sobre memórias, experiências e acontecimentos, vivenciados em contextos diversos de forma pessoal.

## Objetivos Específicos

- Escrever por iniciativa e gosto pessoal, de forma autónoma e fluente;
- Utilizar a escrita para estruturar o pensamento e sistematizar conhecimentos; - Explorar diferentes vozes e registos para comunicar vivências, emoções, conhecimentos, e pontos de vista;
- Identificar “questões éticas e da proteção de privacidade de terceiros descritos nos textos antes de publicar”;
- Exercitar o imaginário pessoal e a personalidade; - Experimentar técnicas de desbloqueio de escrita;
- Criar fragmentos introspectivos, partindo de motes sensoriais;
- Usar a pontuação e as singularidades da língua como mote;
- Reconhecer a importância da revisão e descobrir estratégias para “limpar” o texto;
- Treinar a escrita como meio de expressão da nossa voz interior;
- Partilhar trabalhos e comentá-los em grupo;
- Praticar a leitura de diversos textos autorais;
- Reconhecer a língua como instrumento de comunicação, reflexão e objeto estético e criativo.

## Programa

### Módulo 1 - Escrita de Não-Ficção

*“Escrever é ter a companhia do outro de nós que escreve.”* (Vergílio Ferreira)

Exercícios de introdução, partindo de experiências autobiográficas do quotidiano.

Horas de formação: 7h30m (3 sessões)

### Módulo 2 - O Texto Memorialístico

*“A memória é a consciência inserida no tempo.”* (Fernando Pessoa)

A construção de uma identidade a partir da retenção e recuperação de informações adquiridas ao longo da vida. Horas de formação: 5h (2 sessões)

### **Módulo 3 – Literatura de Viagens**

*“Foges em companhia de ti próprio: é de alma que precisas de mudar, não de clima.”*  
(Séneca)

A viagem como forma de autoconhecimento. A influência das culturas e tradições na construção do “Eu”.

Horas de formação: 5h (2 sessões)

### **Módulo 4 – “Que Fins...?”**

*“Nenhum homem sábio deixará de se espantar com a cegueira do espírito humano.”*  
(Séneca)

A transitoriedade da vida como consciência das vivências do quotidiano.

Horas de formação: 5h (2 sessões)

### **Módulo 5 – Projetos Finais**

Apresentação, à turma-grupo, dos Projetos Finais da Formação.

Horas de formação: 2,5h (1 sessão)

### **Materiais**

Caderno ou folhas de papel (A4, soltas); caneta; lápis de cor; telemóvel.

### **Metodologia**

Curso presencial.

Sessões essencialmente práticas com enquadramento teórico. Elaboração de textos curtos, com diversos exercícios. Análise e discussão em grupo dos textos produzidos.

### **Avaliação**

Dado que os conteúdos da acção de formação são essencialmente práticos, a metodologia de avaliação é composta por:

- avaliação formativa, com a análise das respostas às questões colocadas, motivação e empenho, bem como a análise dos resultados obtidos nos exercícios práticos e do progresso individual dos formandos;
- avaliação sumativa, com uma avaliação global do trabalho final e das actividades realizadas ao longo do curso.

Critérios de Avaliação / Percentagem da Nota Final

- Cumprimento dos exercícios técnicos propostos, tendo em conta os objectivos traçados: 40%
- Qualidade dos trabalhos realizados: 20%
- Capacidade de reflexão crítica, em contexto de diálogo, acerca dos trabalhos desenvolvidos, a nível formal e/ou temático: 10%
- Motivação e empenho na aquisição de novos conhecimentos e na aplicação aos seus trabalhos: 20%
- Assiduidade e pontualidade: 10%

As classificações finais, quantitativas e qualitativas, serão atribuídas de acordo com a seguinte escala:

1 – Muito Insuficiente; 2 – Insuficiente; 3 – Suficiente; 4 – Bom; 5 – Muito Bom.

### **Sobre Paulo Martins**

Foi numa terra exótica que nasceu. Quis ser astronauta, como todos os rapazes, mas foi na

Faculdade de Letras da Universidade Clássica, em Lisboa, que se licenciou em Línguas e

Literaturas Modernas, na variante Português – Inglês, do Ramo Educacional.

Lecciona as disciplinas de Português e Literatura Portuguesa no Ensino Secundário.

Tem coordenado antologias literárias. Apaixonou-se pela Vida e gosta de estar em movimento. Desde cedo frequentou cursos de teatro e fez parte dos Grupos de Teatro Utopia, ExCena e Carnide. Coordena o Grupo de Teatro hYbris. E porque gosta de vários palcos, frequentou vários cursos de Fotografia, que o levou a ser premiado e publicado em revistas da especialidade.

A Escrita, considera-a como o oxigénio que se respira todos os dias. Fez a PósGraduação em Escrita de Ficção e tem sido formador nesta área, em Centros de Formação.

Gosta do mar. Muito. Diverte-se com tudo o que se relaciona com os piratas.