



Escrita Criativa – Introdução

2025/26

Apresentação

A aventura de escrever começa com um desejo interior de expressão pessoal, que conduz ao confronto directo com a folha em branco. Na coragem de a enfrentar, surge a oportunidade de manifestar o que nos inquieta e o que nos move.

Neste curso, vamos explorar ferramentas fundamentais da Escrita e entrar no processo criativo, a partir de estímulos variados: textos literários, imagens, obras de arte, vídeos do quotidiano, anúncios publicitários e poemas que desencadeiam a descoberta da voz individual. Iremos criar personagens, constatar a importância na definição do tempo e do espaço e perceber a relevância do enredo e do conflito nas narrativas analisadas e criadas.

Os textos que serão escritos em sala serão o resultado da reacção gerada entre a percepção pessoal, as vivências, as memórias, as crenças e a essência individual, numa descoberta aventureira e audaz.

Horário: Sextas, 10:30 -13:00

Modalidade: Presencial

Datas

Curso Trimestral (12 sessões): 14 Nov - 13 Fev

- Não há aulas a 26 Dez e 2 Jan.

Preço: 312€ (ou 4 x 78€) + 35€ inscrição + 4€ seguro escolar

Formadora: Lúcia da Cruz

Destinatários

Pessoas interessadas em desenvolver competências na área da Escrita Criativa. Não é necessária experiência prévia.

Objectivo Geral

Compreender os princípios básicos da Escrita Criativa, ensaiando e testando formas para desenvolver o potencial criativo, através da elaboração de textos de diversos estilos e formas.

Objectivos Específicos

- Exercitar o imaginário pessoal e a personalidade;
- Experimentar técnicas de desbloqueio de escrita;
- Identificar os processos criativos e como estes se aplicam à Escrita Criativa;
- Reconhecer o caos e a paz interiores e querer comunicá-los;
- Criar fragmentos introspectivos, partindo de motes sensoriais;
- Trabalhar o desenvolvimento de personagens,
- Aprender a noção de enredo e conflito, através de diálogos e de ação;
- 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 – O Despertar da Escrita

Exercícios de desbloqueio da criatividade. Os estímulos sensoriais enquanto gatilhos ativadores da imaginação. Os sentidos e o seu papel na expressão escrita. A descoberta da voz interior individual. O imediato e o profundo. O encontro com a surpresa e a sua influência na escrita de cada um. Leituras de autores e géneros vários. Partilha em sala.

Horas de formação: 7h30m (3 sessões) *

Módulo 2 – Os Fundamentos da Escrita

O estatuto das personagens e a sua caracterização. A descrição do visível aparente, dos contextos sociais e os traços de personalidade. O espaço e o tempo na construção das narrativas. A criação do enredo, a importância do conflito, a definição da história. Os diálogos, a prosa e a poesia. A descrição e a ação.

Horas de formação: 10h (4 sessões) *

Módulo 3 – O Laboratório de Escrita

Um mergulho na experiência da escrita sem filtros e barreiras. As principais emoções humanas como ignição criativa. A alegria, a tristeza, o medo, a raiva, o nojo, a ansiedade enquanto instrumentos reveladores da criatividade escondida e da intensidade da narrativa. A exploração dos limites e a definição individual da mensagem: o que quero transmitir ao mundo. Escrever o eu e escrever o outro.

Horas de formação: 10h (4 sessões) *

Módulo 4 – A Celebração da Escrita

Os textos e o caminho individual. O percurso. Dinâmica final de apresentação. A escolha, integração e partilha. Feedback criativo e celebração em grupo.

Horas de formação: 2h30m (1 sessão) *

* Valor estimado, sujeito a eventuais alterações, consoante as necessidades da turma.

Materiais

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

Metodologia

As sessões consistem essencialmente em exercícios práticos, havendo, sempre que necessário, um enquadramento teórico e demonstrações prévias dos exercícios propostos.

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 a Formadora

A escrita foi sempre a sua ferramenta de desenvolvimento da imaginação na construção de histórias e criação de personagens que inspiram e possuem mensagens para passar ao mundo. Os textos da escola e o diário de menina foram a base de um “hobby” que se foi profissionalizando através de formação mais intensa e contínua.

Lúcia da Cruz possui uma Pós-graduação em Artes da Escrita, na Faculdade de Letras da Universidade Nova de Lisboa. A formação estendeu-se, ao longo do tempo, por diversos workshops e cursos, em que são exemplos: no Nextart, os workshops de Escrita Criativa com Maria Cardoso, de Oficina do Conto com Conceição Garcia e o curso de longa duração Como



formação artística



Escrever um Livro, com Francisca Macedo; na Escrever Escrever, os cursos Escrita de Ficção, com José Vegar, e Escrita de Guião, com João Ramos.

É criadora de minibiografias que contam as histórias de pessoas comuns e as suas vidas únicas, com mais de 100 livros realizados.

Criou os textos para o livro 25 anos da Casa do Marquês, publicado pela Leya e para o livro Os Guerreiros da Galiza, publicado pela Coleção Pequenos Nadas, com o apoio da Câmara Municipal de Cascais

É formadora e dinamizadora de diversos ateliers de escrita criativa em contexto pessoal e profissional (entrosamento entre equipas).