

Artiterapie e

Counseling Espressivo

* Corso Introduttivo *

COSA: il **Counseling** è una professione di aiuto il cui obiettivo è valorizzare le risorse della persona; l'**art-counseling** (o counseling a mediazione artistica), in particolare, attraverso l'utilizzo del linguaggio dell'arte aiuta ad esplorare e riconoscere le proprie **emozioni** favorendo l'**autoconsapevolezza**.

Si tratta di un intervento di tipo non-verbale ed include metodologie e tecniche di varia natura (pittura, scrittura, fotografia, teatro, musica...).

Durante il corso, articolato in 4 incontri, parleremo di queste metodologie con approccio teorico ed esperienziale, ovvero facendo sperimentare ai partecipanti vari materiali durante brevi laboratori.

A CHI SI RIVOLGE: Il corso è rivolto ad **adulti**, che si vogliano avvicinare al mondo dell'art-counseling come strumento di autoconoscenza e autoconsapevolezza. **Non sono richieste competenze artistiche** di nessun tipo, eccetto che la voglia di sperimentare e sperimentarsi.

PROGRAMMA: **1 lezione**) Introduzione al counseling a mediazione artistica. Che cos'è, a chi può servire e a chi si rivolge. **2 lezione**) La pittura come mezzo espressivo. Segni, colori, simboli. **3 lezione**) La fotografia. Ricordi, sensazioni, emozioni e immaginazione. **4 lezione**) La scrittura. La fiaba, la poesia, il diario e l'autobiografia.

COSTI: 20 euro a partecipante. I materiali sono inclusi.

DOVE E QUANDO: Via Galilei 56 Livorno.

Il **2, 9, 16, 23 Febbraio 2015** dalle ore **17,00 alle ore 19,00**.

PER INFORMAZIONI:

Lisa Massei

dott.ssa in scienze e tecniche psicologiche,
counselor a mediazione artistica, grafica pubblicitaria.

Cell. 349.8481156 - **Email:** studioiridee@gmail.com

Web: www.lisamassei.it - www.iridee.com