

## TERAPEUTICA ARTISTICA

### Laboratori espressivi tematici per adulti

La Terapeutica Artistica è la pratica di un'arte terapeutica, riabilitativa, rigenerativa, attraverso cui prendersi cura di se stessi, in modo creativo, profondo, unico.

E' una disciplina complessa che attraversa diversi campi di conoscenza e di saperi pratici. Propone un nuovo metodo del fare arte come possibilità di prendersi cura di sé, qualsiasi sia il proprio disagio, emotivo, sociale o psicologico.

#### L'artista terapeuta

*"Condividere la materia dell'arte e il corpo d'arte".*

L'artista terapeuta, per creare le condizioni necessarie affinché l'utente ritrovi la capacità di sognare i suoi sogni, e diventare libero di scoprire dentro di sé la possibilità di aiutare sé stesso, deve stimolare, recuperare e promuovere la potenza dell'immaginario.

In primis si lavora sulla capacità espressiva di contenuti interni e alla possibilità di riconoscerli e verbalizzarli.

#### Il percorso

*"Perché ogni esperienza passa attraverso il corpo".*

E' un percorso aperto a chiunque intenda intraprendere un viaggio nel colore e nella materia alla ricerca della propria creatività.

Prima di tutto ha a che fare con l'arte, i suoi linguaggi e le sue materie. E' un percorso alla scoperta del proprio corpo, delle capacità sensoriali e della carica espressiva di cui siamo dotati.

È l'opportunità di manifestare in libertà la propria creatività come scoperta, crescita, possibilità.

È un cammino individuale per una presa di coscienza e conoscenza di se stessi, del corpo e delle reazioni espressive dello stesso.

#### Possibili percorsi [clicca sul nome per vedere i dettagli]

[autoritratto](#)

[fenomenologia del colore](#)

[dal gesto al segno](#)

[utilizzo creativo delle stoffe](#)

[manipolazione creativa](#)

#### Consigli pratici

---

In generale consigliamo un abbigliamento comodo: preferibilmente tuta o simile (a tinta unita poco appariscente, possibilmente scura) e calze anti-scivolo o scarpe da ginnastica.

Le lezioni si terranno in uno spazio munito di parquet: è possibile quindi per chi lo desidera, lavorare a piedi nudi.

#### Durata e tempi

---

durata: 1 incontro a settimana di circa 90 minuti

giorno/ora: su prenotazione

n° partecipanti: da 1 a 6 partecipanti

per ogni ulteriore informazione:

**Greta Botteghi** cell.340 4683183 ArteLab@messinscena.it