

Dalla mente al cuore
Portiamo alla luce le nostre
emozioni con le arti, il colore,
la musica e il movimento.



OBIETTIVI

Il percorso propone agli utenti adolescenti un'opportunità di conoscenza e auto-conoscenza, di sé e dell'Altro, attraverso diverse lenti di osservazione e ascolto del proprio mondo emotivo interiore, utilizzando in modo armonico e integrato i linguaggi analogici non verbali delle Artiterapie (arti grafiche e pittoriche, musica, movimento corporeo, scrittura creativa, teatroterapia). In ciascun incontro gli utenti saranno invitati ad agire le esperienze proposte secondo la propria personale sensibilità, senza forzature e in una modalità di lavoro non giudicante. In particolare, l'Arteterapia Integrata stimola il gruppo e il singolo utente alla riflessione profonda, nel Qui e Ora dell'esperienza, su:

- Consapevolezza dei propri vissuti emotivi (rabbia, ansia, frustrazione...)
- Visione di sé fuori dagli stereotipi
- Riconoscimento e valorizzazione delle proprie risorse interiori
- Accrescimento dell'autostima
- Esplorazione attiva del concetto di limite (il corpo, lo spazio di interazione con l'altro...)
- Empatia e collaborazione
- Apertura verso l'altro senza pregiudizi

I linguaggi analogici dell'Arteterapia Integrata permettono al gruppo e al singolo utente di approcciare le diverse tematiche con una modalità mediata, indiretta e mai forzata. Il gruppo definisce il confine che protegge, contiene e facilita l'elaborazione del processo di riconoscimento consapevole delle emozioni, favorisce l'emersione di nuove modalità creative di approccio e risoluzione dei problemi.

A CHI SI RIVOLGE

Il corso è rivolto ai ragazzi dai 13 ai 18 anni

PROGRAMMA

Il corsivo articolerà in dieci incontri e propone ogni settimana un percorso alternato fra l'introspezione emotiva personale e un approccio esperienziale all'Arte, intesa come chiave di conoscenza del proprio Sé.

SETTIMANA 1

- Tutte le vibrazioni del colore

L'energia e le vibrazioni del colore liberano la visione del mondo interiore attraverso il gesto pittorico su grandi fogli di carta e l'ascolto profondo della musica.

- Wassily Kandinsky. Suono, colore, movimento

Esperienza empatica, corporea e sensoriale dell'Astrattismo lirico di Kandinsky

SETTIMANA 2

- Come una bolla di sapone

Esplorazione del confine e dello spazio interiore attraverso l'esperienza della bolla di sapone: leggera e impalpabile, è uno spazio non-vuoto protetto da una pelle sottilissima e iridescente e racchiude un respiro primordiale

- Alberto Burri. La connessione fra il Visibile e il Nascosto

L'esplorazione sensoriale dell'autonomia della Materia nel processo creativo nell'opera di Burri: il trasparente e l'opaco, il visibile e il nascosto

SETTIMANA 3

- Dal segno al corpo

Esperienza di manipolazione sensoriale della rappresentazione grafico-pittorica su carta attraverso il movimento danzato libero: danzo la rappresentazione, danzo con la rappresentazione

- Yves Klein. Blu

Il Blu Klein, esperienza di apertura all'esplorazione del Monocolore nelle sue potenzialità espressive plurali fra colore, superficie e spazio.

SETTIMANA 4

- Sul filo della fantasia

Lasciamo emergere la visione del nostro mondo interiore con linee, forme e colori in una grande opera condivisa, utilizzando la tecnica dello scarabocchio

- Joan Mirò. Arte dal Caos

Il Surrealismo di Miró. Dal caos del segno liberamente espresso sul foglio all'emersione dei contenuti dell'Inconscio. Colori e ideogrammi come chiavi espressive

FORMATORI

Dott.ssa Olivia Rabbi, esperta di laboratori esperienziali di Arteterapia Integrata e Atelier d'arte per bambini, adolescenti e adulti.

Totale ore	Frequenza	Numero minimo partecipanti	Accreditamento Regione Lombardia	Costo
16	bisettimanale	10	No	€ 85