



"senza sole sono silente"

LED - Laboratorio di Educazione al Dialogo

Expressive Arts e Approccio Centrato sulla Persona

con **Sara Rinaldi**

Counselor dell'Approccio Centrato sulla Persona e Facilitatrice di Expressive Arts centrate sulla persona, diplomata presso la Facoltà di P.C.E.T.I. in California, allieva e collaboratrice di Natalie Rogers.

5-6 maggio 2018

sabato 09.30-13.00 e 14.00-19.00 e
domenica 09.30-13.00 e 14.00-18.00

presso Villa S. Ignazio, via delle Laste 22, 38121 Trento

"Il processo creativo sperimentato attraverso le Expressive Arts è una strada verso la scoperta di sé, l'autostima e la massima espressione delle proprie potenzialità."

Natalie Rogers, The Creative Connection

La Creative Connection® ideata dalla dott.ssa Natalie Rogers, consiste nell'alternare una o più modalità artistiche in sequenza per portare ad un profondo contatto con se stessi, ad un'espressione di sé libera e autentica e ad ottenere informazioni chiare e preziose su di noi che provengono dalla nostra parte interiore (insight).

A chi si rivolge?

Le Expressive Arts sono trasversali, per tutti, non è necessaria alcuna esperienza artistica, né saper cantare, danzare o recitare. Il corso è indicato soprattutto per persone sopra i 20 anni di età.

Per informazioni ed iscrizioni:

Segreteria LED - Laboratorio di Educazione al Dialogo, via delle Laste 22 – Trento
tel. 0461.268873 (lunedì e mercoledì dalle 15.00 alle 18.00) e-mail: led@vsi.it
sito web: www.led.vsi.it – pagina facebook: LedLaboratoriDiEducazioneAlDialogo

L'obiettivo di questo weekend di Expressive Arts Centrate sulla Persona è di aiutarci a lasciare andare le sovrastrutture, lo stress del quotidiano e la mente razionale e prendere del tempo per sé per incanalare ed esprimere le emozioni attraverso il corpo e la creatività per ottenere oltre ad uno sfogo sano ed immediato, spontaneità, creatività ed una maggiore consapevolezza di sé.

Cosa sono le Expressive Arts?

È un approccio giocoso, che prevede l'uso intermodale di tutte le forme di espressione artistica, quali il disegno, la pittura, l'uso della creta, il collage, il movimento, la voce e il suono, la scrittura creativa ecc. utilizzate in una modalità consequenziale semplice e giocosa, come mezzo alternativo ed integrativo di introspezione e come veicolo di espressione delle emozioni e strumento di trasformazione personale. Muovendoci da una forma d'arte ad un'altra, lasciamo andare strati di inibizione che hanno coperto nel tempo la nostra originalità, scoprendo la nostra unicità e il nostro sentire più profondo. Ad ogni sessione seguiranno una condivisione ed un'integrazione cognitiva secondo le modalità e i principi dell'Approccio Centrato sulla Persona di Carl Rogers.

Cos'è l'Approccio Centrato sulla Persona?

La psicologia dell'Approccio Centrato sulla Persona di Carl Rogers, vuol promuovere la crescita e la maturazione della persona, valorizzando gli aspetti relazionali e i vissuti interiori, attraverso un clima accogliente e facilitante, mai direttivo e giudicante (che permetta ad ogni persona di essere autenticamente se stessa), basandosi sulla partecipazione affettiva (empatia), sull'abbandono dei ruoli stereotipati (congruenza) e sulla considerazione positiva incondizionata (accettazione).

"Ognuno di noi ha dentro di sé le proprie, uniche e insostituibili risposte e il compito del counselor è di creare l'ambiente migliore perché queste risposte possano germogliare, crescere e consolidarsi. Una qualsiasi piccola ghianda per diventare una straordinaria gigantesca quercia non ha bisogno di istruzioni, deve solo trovare il terreno adatto per crescere"

Carl Rogers, *Terapia Centrata sul Cliente*

È consigliato un abbigliamento comodo e a strati e un paio di calzini grossi di lana.

Modalità di iscrizione e pagamento

Il costo per il percorso è di € 160 a persona, più € 5 di quota associativa per l'anno solare (eventuali riduzioni concordabili). Per iscriversi contattare la segreteria (telefonicamente o via mail) comunicando i propri dati ed effettuare il versamento della quota d'iscrizione: tramite bonifico bancario intestato a Led, Laboratorio di Educazione al Dialogo, codice IBAN: IT 45 H 08304 01833 00000 9791693, con causale il proprio cognome e il nome del corso (es. Sig.Rossi Expressive Arts).