ARTETERAPIA per il BENESSERE a Torino

Luogo **Piemonte, Torino**
https://www.annuncici.it/x-367810-z

Arteterapia: quando l'arte ti fa stare bene

L’art therapy (o arteterapia) è una pratica che, attraverso la creatività e l’emotività del paziente, cerca di stimolare i suoi modi di esporsi e di comunicare. Per questo le “armi” utilizzata sono il disegno, la pittura, i collage, la semplice colorazione o la scultura. Tutto questo, ovviamente, sotto la guida di un’arte terapeuta accreditato e preparato che possa dare un senso a qualunque esercizio artistico.

Ammirare un dipinto o ascoltare una canzone, se guidati adeguatamente, può essere efficace quanto dipingere o scolpire. I pazienti imparano a decodificare i messaggi non verbali, i simboli, le metafore e le allegorie “nascoste” in ogni diversa opera d’arte, il che dovrebbe col tempo portare a una migliore comprensione dei loro sentimenti e comportamenti in modo che possano risolvere i problemi più profondi del loro io. Insomma, l’arte usata per imparare ad affrontare i problemi della vita.

Sedute di arteterapia possono aiutare tutti, dai bambini agli anziani, anche chi non è affetto da disturbi particolari. Un percorso di questo tipo aiuta infatti ad esplorare le proprie emozioni, migliorare l'autostima, gestire le dipendenze, alleviare lo stress, migliorare i sintomi di ansia e depressione e affrontare una malattia fisica o una disabilità.
Non è necessario alcun talento artistico perché un percorso di arteterapia abbia successo. Molti si lasciano intimidire dalle loro scarse doti creative o tecniche e scelgono altri percorsi senza immaginare che in realtà non è necessario averne.

Bastano alcune sedute di 45 minuti.

Io sono Jessica e sono Arteterapeuta Artistica qua oggi per accompagnarti in un vero percorso di crescita personale.
Per maggiori informazioni consultate il mio sito internet : www.jessicadicioccoart-therapeute.com
oppure contattatemi via e-mail o via instagram > @the_art_therapist__life

Un caro saluto,
Jessica Chiudi

ARTETERAPIA per il BENESSERE a Torino
https://www.annuncici.it/x-367810-z
ARTETERAPIA per il BENESSERE a Torino
https://www.annuncici.it/x-367810-z
ARTETERAPIA per il BENESSERE a Torino
https://www.annuncici.it/x-367810-z
ARTETERAPIA per il BENESSERE a Torino
https://www.annuncici.it/x-367810-z
ARTETERAPIA per il BENESSERE a Torino
https://www.annuncici.it/x-367810-z
ARTETERAPIA per il BENESSERE a Torino
https://www.annuncici.it/x-367810-z
ARTETERAPIA per il BENESSERE a Torino
https://www.annuncici.it/x-367810-z
ARTETERAPIA per il BENESSERE a Torino
https://www.annuncici.it/x-367810-z
ARTETERAPIA per il BENESSERE a Torino
https://www.annuncici.it/x-367810-z
ARTETERAPIA per il BENESSERE a Torino
https://www.annuncici.it/x-367810-z
ARTETERAPIA per il BENESSERE a Torino
https://www.annuncici.it/x-367810-z