



## Agr Online - 25/02/2013

### **AGR** ON LINE

#### **Psicoterapia di gruppo**

A Roma da Marzo a Maggio parte al Sinergy Art Studio un ciclo di incontri di arteterapia ad ingresso libero.



Sezione: Cultura

25/02/2013



(AGR) Lo psicoterapeuta esce dallo studio e sale sul palcoscenico insieme a chi sia interessato a un percorso di crescita personale tramite metodologie artistiche. Cinque incontri per conoscersi in

maniera diversa, per confrontarsi con il proprio modo di stare al mondo, per provare a cambiare quello che non va, si svolgeranno a Roma da marzo a maggio 2013. Regista e psicoterapeuta Giovanni Porta, specialista in arteterapia.

"Ho scelto di lavorare con l'arte - spiega Giovanni Porta, psicoterapeuta ed attore - perché facilita notevolmente l'espressione di se stessi, dei propri vissuti, problemi, desideri. Facendo arte le persone escono dagli schemi quotidiani, allentano le barriere dentro le quali si difendono nella vita di ogni giorno, accettano di dare voce a parti di sé spesso taciute. Molte persone, infatti, invece di dare ascolto alle proprie sensazioni, proseguono dritte per la loro strada, magari scoprendo un giorno di iniziare ad avere a che fare con sintomi spiacevoli, i più comuni dei quali sono ansia, umore depresso, panico, senso di estraneità rispetto alla vita che hanno scelto. L'arte è un luogo dove fare qualcosa del proprio disagio, dove renderlo costruttivo, dargli una nuova prospettiva, una possibilità di emergere e di proporre nuovi comportamenti, magari inesplorati. Liberare i propri vissuti dalla censura è il primo passo per costruire una vita a misura di se stessi."

#### Programma

- 1 marzo - Il teatro del cambiamento
- 15 marzo - Trovare la propria poesia
- 5 aprile - Miti che indicano strade
- 19 aprile - Oltre la maschera
- 10 maggio - Tutto l'amore che voglio

Gli incontri si svolgeranno di venerdì, dalle 20,30 alle 22,30 presso il Sinergy Art Studio di via di Porta Labicana 27, a Roma, in zona S. Lorenzo.

#### Iscrizioni

Per prenotarsi è sufficiente mandare una mail a: [giovanniporta74@gmail.com](mailto:giovanniporta74@gmail.com) e attendere la conferma dell'avvenuta prenotazione.

Per ulteriori informazioni [artiepsicologie.blogspot.com](http://artiepsicologie.blogspot.com) oppure [www.giovanniporta.it](http://www.giovanniporta.it)