

Roma Oggi Notizie - 24/09/2013

ROMA **OGGI**
NOTIZIE

Teatro - Tre laboratori di 'arteterapia' a Roma
dal 4 ottobre



Roma - Inizia il 4 ottobre, dalle 21 alle 23, presso il Sinergy Art Studio di via di Porta Labicana 27 a Roma, una serie di tre incontri esperienziali di arteterapia per combattere i momenti di crisi che tutti, prima o poi, si trovano ad affrontare. Uno psicoterapeuta, Giovanni Porta, metterà a disposizione gratuitamente il metodo da lui stesso elaborato per avvicinare quante più persone possibili al mondo della psicoterapia, e in particolare delle artiterapie. «Tutti abbiamo sperimentato la spiacevole sensazione di tacere alcune parole, omettere alcuni comportamenti o castrare alcuni slanci -spiega Giovanni Porta- In piccola parte è normale, e fa parte del vivere in una società. I problemi nascono se non permettiamo a queste parti 'dimenticate' di esprimersi nemmeno con noi stessi, perché l'esclusione di parti di noi genera sintomi: alle volte somatici (ad esempio i proverbiali mal di stomaco ecc. ecc.), alle volte relazionali (chissà perché ma nelle relazioni con gli altri si incontrano sempre problemi), alle volte 'psicologici' (ansia, fobie, umore depresso ecc. ecc.)». Come «navi costrette ad affrontare il mare in tempesta» è bene che «tutti i pezzi funzionino e siano bene oliati -prosegue il terapeuta- vale a dire che la relazione tra le varie parti di noi sia chiara ed efficace: in questo modo sarà più facile trovare le risorse per affrontare una realtà in rapido e spesso non prevedibile mutamento». Da questa considerazione, Porta ha sviluppato la metodologia psicologico-teatrale alla base del laboratorio 'Oltre la maschera' che si terrà il 4 ottobre. «Costruire un luogo di sperimentazione esistenziale condiviso -spiega- in cui il giudizio sociale sia per due ore sospeso e ognuno, anche grazie all'aiuto della maschera, possa sentirsi libero di esprimere innanzitutto a se stesso ma anche agli altri quanto gli passa dentro l'anima. L'arte è un contenitore ludico e potente dove ritrovare la propria onesta e profonda comunicazione con se stessi.» Il calendario degli incontri si articola in due sezioni. Venerdì 4 ottobre è in programma 'Oltre la maschera'; venerdì 15 novembre il seminario esperienziale riguarderà i sentimenti con 'Io e l'amore', e così anche l'ultimo, venerdì 4 dicembre, dal titolo 'Emozioni che nutrono'.