

ARTCOUNSELING

un approccio creativo per favorire
partecipazione, crescita personale, espressione di sé



L'**Artcounseling** è un'attività di competenza relazionale che utilizza la modalità espressiva dell'arte e la creatività come efficaci stimoli alla partecipazione e alla definizione di sé. I linguaggi artistici (teatro, arti grafiche, danza e movimento, narrazione, scrittura creativa...) sono quelli privilegiati nell'Artcounseling, il cui obiettivo è migliorare e rendere più soddisfacente, appagante e creativo il proprio stile di vita. Attraverso esperienze giocose e libere attivazioni espressive, cerchiamo una maggior consapevolezza dei nostri bisogni e del nostro mondo interno: il gioco simbolico dell'arte come modalità espressiva privilegiata per chi vuole sperimentare una nuova ricerca di sé.

Valeria Paoli attrice e trainer teatrale (Nuovo Teatro delle Commedie, compagnia Ars Nova, Livorno), artcounselor (referente per Aspic Ricerca e Lavoro, Livorno), insegnante di yoga e mindfulness psicosomatica (Protocollo Gaia). Da 25 anni progetta e realizza seminari per conto del Comune, Provincia di Livorno e Regione Toscana in scuole di ogni ordine e grado. Si occupa di Teatro d'Impresa presso aziende pubbliche e private.