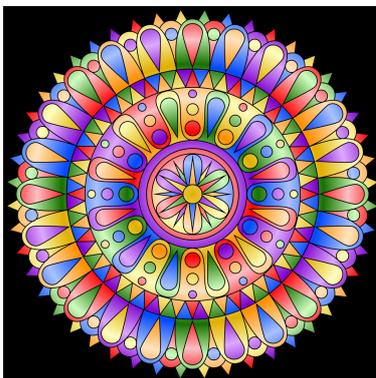


**Percorso con il Mandala**  
**Di**  
**Stefania Viscillo**  
**Counselor Espressivo (Agevolatore nella relazione d'aiuto)**



**A chi è rivolto:** Agli iscritti al Gruppo LES Lazio, malati e parenti.

**Obiettivi:** Rilassamento, scopo principale. Conoscenza di Sé e degli altri, accettazione di Sé, migliorare i rapporti interpersonali.

**Numero minimo partecipanti 8.**

**Dove si svolge:** Via della Marranella di Marino 80 Roma

**Quando si svolge:** Ogni 15 giorni di sabato mattina dalle 09:30' alle 11:30'

**Come si raggiunge:** Metro A fino ad Anagnina, atac 551 si scende a Via delle Vigne di Morena 1° fermata (la strada parallela è via Marranella di Marino)

Oppure con il treno da Termini a Ciampino (tutti i treni che portano per i castelli romani, Colleferro, Frosinone). Arrivati a Ciampino 15 minuti a piedi a partire da Piazza Kennedy

Treni utili: orari di partenza da Termini: 08:21' - 08:28' - 08:35'

Treni utili da Ciampino per il ritorno: 12:19' - 12:32' - 12:43'

**Quando avrà inizio:** da marzo a giugno compreso per un totale di 8 incontri.

Le date potrebbero subire delle variazioni.

**2, 16 marzo - 06, 20 aprile - 4, 18 maggio - 1, 15 giugno dalle 9,30 - alle 11,30**

Gli incontri avranno come tema espressivo il mandala.

Lavoreremo con mandala già disegnati, arriveremo a creare dei mandala personali.

Useremo colori e materiali diversi, impareremo a prendere ispirazione e suggerimenti dai nostri mandala.

Useremo pastelli colorati di vario materiale (matite, cere, oli), tempere, creta, oggetti riciclabili, ritagli di giornali.

Ogni mandala parla di noi in ogni elemento: forme, gesti, movimenti, composizione, colore.

Chi desidera partecipare può chiamare direttamente

Stefania Viscillo al cell. 3283921319 o mandare una e-mail a:

[stefy.viscillo@libero.it](mailto:stefy.viscillo@libero.it)

Per rendere più semplice venire al gruppo si può creare un punto d'incontro con chi ha la macchina.



### Cos'è il Counseling Espressivo

Spesso la diffidenza parte dalle parole usate, nel tempo ho constatato che la parola Counseling mette timore e, soprattutto, non si conosce.

Il counseling è molto conosciuto e usato nei paesi Anglosassoni, dove è nato, si basa sul sostegno di uno specialista nei momenti di difficoltà.

Non necessariamente è uno psicologo, ovviamente non è digiuno di psicologia.

Non si tratta di dare giudizi o suggerimenti su come risolvere il problema che si sta vivendo, ma sostenere la persona ad affrontare il problema aiutandola a trovare le proprie risposte.

E' constatato che quando si vive il problema non si riesce ad avere la giusta distanza per riuscire a vedere la via d'uscita per cui ad affrontare nel modo giusto la situazione.

Il counselor espressivo, per aiutare ad evidenziare le difficoltà usa tecniche di Arte terapia.

Per esprimersi in maniera creativa non serve essere bravi nel disegno o in chi sa quale tecnica artistica, basta avere la voglia necessaria per uscire dalla situazione pesante di quel momento.

Spero di essere stata chiara e di vedervi arrivare curiosi di vivere un'esperienza nuova e divertente.

Stefania Viscillo