

## ISCRIZIONI

Le iscrizioni sono aperte dal 1° settembre.  
I corsi partiranno dal 30 settembre  
e hanno la durata di 10 incontri.  
I singoli corsi sono formati da piccoli gruppi  
e il primo incontro è gratuito.

Per informazioni telefonare a Elisabetta  
Tel. 011 9832513 (ore pasti)

Scrivete a:  
elisabetta@metamorphose.it  
e visitate il sito:  
www.metamorphose.it

## ELISABETTA NAVIZZARDI

Psicologa, artista, arte-terapeuta, illustratrice  
Maturità artistica, laurea in psicologia, studi d'arte  
(acquarello, modellaggio) a Milano, Mestre, e Svizzera  
(sotto le indicazioni antroposofiche).

Seminari di arte terapia con Eva Mees Olanda;  
con Bernadette Hegu (della scuola di Liane Collot d'Herbois) Parigi

Diploma di terapia artistica della scuola Edith Kramer

Ha vent'anni di esperienza,  
insegnando arte, e su alcuni casi ha usato l'arte  
come mezzo terapeutico, su bambini e adulti con ritardo cognitivo,  
difficoltà di apprendimento, di concentrazione, depressioni,  
fobie e vari disagi psico-fisici, in strutture pubbliche e private.  
Ha collaborato, e collabora con medici.

Ha partecipato ai due Congressi sulla Biografia a Dornaa (Basilica CH).

Ha lavorato con la ricerca biografica a diversi casi, al termine  
dei quali considerandosi, per il soggetto, aveva preso  
consapevolezza delle proprie debolezze o debilitazioni.



metamorphose



## La Metamorfosi

Secondo Kandinsky

"Il colore ha una forza, poco studiata ma immensa, che può influenzare il corpo umano, come organismo fisico. L'artista è la mano che, toccando questo o quel tasto, fa vibrare l'anima.

È chiaro che l'armonia dei colori e delle forme è fondata solo su un principio: l'efficace contatto con l'anima. Questo fondamento si può definire "principio della necessità interiore."

Ogni individuo ha la necessità interiore di esprimere per ricercare e creare l'armonia nella propria anima con il cosmo. Il fare arte, l'usare il colore, le forme, o il chiaro scuro e il modellaggio con la creta, attraverso questi mezzi aiutano a rafforzare l'io e il corpo fisico inibendo le forze autodistruttive.

L'arte può divenire un mezzo complementare e di successo ai processi di guarigione, in particolare al sostegno alle malattie gravi, croniche, e psichiche o psicosomatiche (depressioni, ipertensioni, o dipendenza ecc.). L'arte può essere utile semplicemente per sviluppare "il principio della necessità interiore."

L'armonia che l'operatore crea nella sua opera, si riflette nella sua anima, il gesto d'amore nel creare, diventa manifestazione della necessità interiore. Per migliorare le nostre capacità percettive provando gioia nell'esprimersi, scoprendo le diverse possibilità di comunicazione, sperimentando le proprie emozioni attraverso alcune forme artistiche.

Anche se non si è mai fatta esperienza simile, è bene provare almeno una volta.



## Per attività di gruppo o individuale Elisabetta propone:



### 1 - COLORE

Scoprire il carattere del colore, come lo si vive anemicamente, secondo le teorie: (Goethe, Steiner, Kandinsky ecc).

Al corso possono partecipare le persone che hanno superato i 15 anni.

### 2 - COLORE E FORMA

Questo corso vuole aiutare a ricercare l'armonia tra colore e forma, per dare la possibilità che il "principio della necessità interiore" si manifesti, con la tecnica dell'acquarello.

### 3 - LUCE E TENEBRE

La luce entra nelle tenebre e trasforma. La tecnica è con il carboncino. Il corso aiuta a scoprire l'importanza della luce e come si manifesta.

Questo corso è adatto soprattutto agli adolescenti, ma possono partecipare anche persone che vogliono fare questa esperienza.

### 4 - IL MANDALA

Per sviluppare il proprio mandala. È richiesto un lavoro preliminare e un costante esercizio di disegno dinamico. Secondo C.G.Jung "Il mandala è un archetipo molto importante. È l'archetipo dell'ordine interiore... per dare un ordine ai moltissimi aspetti dell'Universo. Esprime il fatto che esiste un centro e una periferia, e cerca di abbracciare il tutto. È il simbolo della totalità".

Al corso possono partecipare le persone che hanno superato i 15 anni.



### 5 - BAMBINI DAGLI 8 AGLI 11 ANNI

Nel secondo settennio il bambino ha bisogno di rafforzare il sistema ritmico, in pari tempo la vita di sentimento verso se stesso e verso il mondo. Al bambino in questa fase dello sviluppo può essere di grande aiuto uno stimolo ad osservare i ritmi della natura, ed ascoltare i miti e le leggende per poi interpretarli con i colori dell'acquarello. Ogni lavoro avverrà con un breve approccio al disegno dinamico.

Questo corso può aiutare a sviluppare l'autostima, la capacità di concentrazione, migliorare le capacità di apprendimento, dare sollievo alla stanchezza psicofisica, a strani mal di testa, rafforza l'individualità e favorisce un buon rapporto sociale.

### 6 - LA MAGIA DELLA FIABA dai 4 ai 7 anni

Aiutare il bambino a sviluppare il proprio mondo fantastico, per poi riconoscersi nelle più belle fiabe della tradizione popolare, ed interpretarle con i colori degli acquarelli, e dei disegni.

Questo corso aiuta il bambino a ritrovare la gioia e la meraviglia di ciò che lo circonda.

### 7 - LA BIOGRAFIA

"Uomo conosci te stesso" (Socrate)

È una espressione antica e con essa sembra destarsi un'antica saggezza. Attraverso l'indagine biografica si ha la possibilità di sgomitolare la propria storia con amore; aiuta ad accettare ed elaborare gli ostacoli che creano malessere, stimola alla riconciliazione con se stessi e con il mondo, sviluppa un'apertura interiore ed un profondo rispetto del sé.

Questo tipo di indagine sarà organizzato in piccoli gruppi, su richiesta può essere svolto individualmente. Durante il primo incontro si daranno ulteriori delucidazioni in merito e si risponderà alle eventuali domande.

