

## **TWÓRCZE WARSZTATY W RAMACH PROJEKTU “ARTETERAPIA DROGĄ DO TWÓRCZEJ INTEGRACJI VIII”**

**Przygotowaliśmy następujące warsztaty:**

### **A) Warsztaty rozwojowe**

- **KOMUNIKACJA I BUDOWANIE RELACJI (warsztat prowadzi Ola Chodasz) 14-16.07.2023**

Warsztat edukacyjno-rozwojowy adresowany do osób pracujących w placówkach terapeutycznych, które chciałyby podnieść swoje kompetencje komunikacyjne i dowiedzieć się jak mogą budować konstruktywne relacje w sytuacjach zawodowych – z podopiecznymi, rodzicami podopiecznych, współpracownikami.

W programie warsztatów ćwiczenia, refleksje i dyskusje wokół następujących zagadnień:

- komunikacja werbalna i niewerbalna – co wyrażamy wprost lub nie wprost, jak nasze komunikaty bywają odbierane i dlaczego może tak być
- wpływ wyrażonych i niewyrażonych uczuć, wartości i potrzeb na relacje dlaczego jedni mówią o faktach, a inni słyszą w tym rozkazy oraz jakie znaczenie ma niewypowiedziane, a obecne w relacjach pytanie „czy on/ona mnie lubi?” (model czterech uszu von Thuna)
- konflikty i inne sytuacje trudne – kiedy i jak stawiać granice, by nie krzywdzić siebie ani innych i by być skutecznym.

Warsztaty będą prowadzone metodami aktywnymi, w tym Applied DRAMA, z zaangażowaniem ciała, emocji i refleksji płynących z doświadczeń. Osoby uczestniczące proszone są zatem o wygodny strój i obuwie. Ze względu na to, że warsztat jest procesem rozwojowym, gdzie każdy element programu i osoba ma znaczenie dla całości nie ma możliwości udziału w części warsztatu – prosimy o punktualne przybycie i zarezerwowanie sobie czasu do samego końca.

- **PRZECIWDZIAŁANIE WYPALENIU ZAWODOWEM 16-18.06.2023 – opis zostanie uzupełniony**

### **B) Warsztaty metodologiczne**

- **ABC ARTETERAPII - arteterapia w pigułce (warsztat prowadzi Iwona Cichocka) -**

Czym w ogóle jest arteterapia? Czy i w jakim zakresie mogę wykorzystać ją w pracy z osobami z niepełnosprawnością? Jaka metoda pasuje do mnie - choreoterapia, drama, a może skulpturoterapia?

Na te i jeszcze więcej pytań odpowiedź znajdziesz na warsztatach ABC Arteterapii. Zapraszam serdecznie na doświadczenie czym jest arteterapia oraz w jaki sposób możemy wykorzystać szeroko rozumianą sztukę do pracy i terapii. Nie musisz posiadać wybitnych zdolności artystycznych - ważne, że czujesz to w swoim serduchu.

Na warsztatach poznasz różne metody arteterapii, stworzymy spójne, kreatywne i urozmaicone pomysły na zajęcia. Do działania wykorzystamy między innymi: choreoterapię,

plastykoterapię, dramę stosowaną, biblioterapię, a nawet formy teatralne, czy muzykoterapię.

Po takim „zastrzyku arteterapii” wrócisz do pracy / domu z nową energią i głową pełną kreatywnych pomysłów.

**- BIBLIOTERAPIA (warsztat prowadzi Aleksandra Tomkowiak) 01-03.09.2023**

Jestem pedagogiem specjalnym i bibliotekarzem, choć tak naprawdę bardziej biblioterapeutą. Na co dzień pracuję w szkole specjalnej w Poznaniu z maluchami i młodzieżą, gdzie biblioterapia towarzyszy mi każdego dnia. Uwielbiam z książki wyszukiwać to co ma najcenniejsze, ukryte pośród swoich stron. Podczas warsztatów uczestnicy dowiedzą się co to jest biblioterapia, jakie są rodzaje bajek terapeutycznych, jak przygotować scenariusz zajęć biblioterapeutycznych. Będą mieli okazję stworzyć swoje bajki terapeutyczne, znaleźć sposoby na wachlarz emocji, oswoić trudne przeżycia, a także zobaczą, jak można się bawić tekstem literackim. Wzbogacą swój warsztat pracy o nowe pozycje książkowe. Uczestnicy będą poznawać tajemnice ukryte na kartach książek, a także odkrywać talenty głęboko drzemiące w sobie samych.

**- CHOREOTERAPIA (warsztat prowadzi Marta Berdel) - taniec kreatywny w integracji 08-10.09.2023**

Podczas warsztatów uczestnicy zostaną zachęcani do aktywnego wejścia w kreatywny proces tworzenia własnego sposobu poruszania się, uruchamiania ciała, wzrostu jego świadomości. Podczas warsztatów będziemy wspólnie poszukiwać ruchów w procesie

polegającym na wyobrażeniu tematu i improwizacją ruchową w jego obrębie. Będziemy starali się wychodzić ponad utarte skojarzenia, poszukiwać nowych możliwości, przełamywać schematy. Będzie to także intensywna praca nad kreatywnością. Przewodnikiem w ruchu jest tu rozbudzona ciekawość oraz improwizacja w przestrzeni, czasie i w kontakcie z innymi uczestnikami ruchu. Poznane metody będzie można zastosować w pracy terapeutycznej, integracyjnej oraz edukacyjnej zarówno z dziećmi jak i z dorosłymi, także z seniorami.

- **HORTITERAPIA (warsztat prowadzi Dorota Strzelczyńska) -  
terapia ogrodem z florystyką w tle 15-17.09.2023**

Warsztaty podnoszące kondycję psychiczną podopiecznych poprzez udział w wybranych pracach ogrodowych oraz florystycznej aktywności twórczej. Wykorzystamy kontakt z przyrodą i jej wytworami by pobudzać wszystkie zmysły, wspierać rozwój i edukować jednocześnie.

Ta forma psychoterapii pozwala na wyciszenie, poukładanie myśli, skupienie na pracy, która sprawia przyjemność, relaksuje, a nawet uszczęśliwia.

Z czym zetkną się uczestnicy warsztatów hortiterapii:

- naberą umiejętności z zakresu pielęgnacji roślin, tworzenia kompozycji florystycznych oraz planowania ogrodu,
- wykonają mini ogród tematyczny,
- poznają możliwości wykorzystania ogrodu, materiału przyrodniczego i surowców wtórnych w pracy z dziećmi, młodzieżą i dorosłymi z niepełnosprawnościami przez cztery pory roku,
- poznają i zastosują podstawowe narzędzia, materiały oraz techniki florystyczne dostosowane do możliwości psychofizycznych i rodzaju niepełnosprawności uczestników swoich zajęć,
- poznają i zastosują zasady B.H.P. obowiązujące podczas pracy z narzędziami oraz przy planowaniu i tworzeniu ogrodu.

- **EKO-DECO RĘKODZIEŁO Z WYKORZYSTANIEM HORTOTERAPII 30.06-  
02.07.2023**

Warsztaty oparte na działaniach w 4E czyli edukacji, ekologii, ekonomii i estetyce. Podczas warsztatów będziemy:

- uczyć się chronić i organizować środowisko do działań hortiterapii czynnej,
- rozwijać aktywność twórczą tworząc mini i makrodekoracje z surowców wtórnych i tworzywa przyrodniczego,
- aktywizować zmysły w działaniach hortiterapeutycznych,
- wykorzystywać materiały działając hortiterapeutycznie, ekonomicznie i estetycznie,
- stosować metody i techniki pracy dostosowane do możliwości psychofizycznych i niepełnosprawności podopiecznych.

**- PLASTYKOTERAPIA (warsztat prowadzi Barbara Kasprzak) - I stopień – 22-24.08.2023**

- akcent na terapeutyczne zadania działań plastycznych : podnoszenie samooceny i poczucia własnej wartości, zwiększanie motywacji, wzrost samodzielności i kreatywności podopiecznych, inicjowanie kontaktów opartych na wzajemnym szacunku, budowanie umiejętności współpracy, integrowanie grupy.
- techniki łatwe i efektowne, oparte na tanich i dostępnych materiałach
- zabawy plastyczne przynoszące relaks, odblokowanie emocji, ułatwiające nawiązanie kontaktu
- techniki umożliwiające otwieranie wyobraźni i samodzielności podopiecznych
- działania umożliwiające wgląd w siebie, spojrzenie na siebie z nowej perspektywy

**- PLASTYKOTERAPIA (warsztat prowadzi Barbara Kasprzak) - II stopień – 24-26.08.2023**

- techniki plastyczne rozwijające wyobraźnię, poczucie sprawczości, przynoszące ciekawe efekty
- plastyczne działania w przestrzeni
- czerpanie inspiracji z kontaktu z naturą - jej bogactwa i harmonii
- proste działania plastyczne inspirowane sztuką współczesną
- działania plastyczne ukierunkowane na kontakt ze sobą, pracę z emocjami, wzajemny dialog

**- SKULPTUROTERAPIA, poziom podstawowy (warsztat prowadzi Magdalena Kopiczko)**

Zakres zajęć: lepienie w glinie przy stołach, zapoznanie z różnymi technikami lepienia, omówienie dostępnych na rynku mas ceramicznych, omówienie narzędzi potrzebnych do lepienia i przydatnych w pracy z osobami z niepełnosprawnościami, omówienie metod wypału, bhp pracy.

Dla kogo: dla tych, którzy nie mieli do czynienia z gliną, a chcą spróbować i nauczyć się pracy z tym tworzywem, poznać przykładowe metody pracy z grupami osób z różnymi niepełnosprawnościami.

**- SKULPTUROTERAPIA, poziom zaawansowany (warsztat prowadzi Magdalena Kopiczko)**

Zakres zajęć: omówienie mas ceramicznych, omówienie technik lepienia, omówienie możliwych konspektów zajęć z podopiecznymi w zależności od rodzaju niepełnosprawności, omówienie urządzenia pracowni ceramicznej, omówienie istniejących na rynku pieców ceramicznych, dobór pieca do pracowni. Pogadanki na temat szkliv i metod szklwienia, omówienie specyfiki szkliv i bezpieczeństwa ich stosowania. Omówienie innych metod zdobienia. Wzajemna wymiana doświadczeń. Pytania uczestników, pogadanki na temat technologii i pracy z podopiecznymi. Praktycznie: lepienie średnich form z wałeczków, toczenie na kole\*.

Dla kogo: dla tych, co mają lub właśnie otrzymali pod swoją pieczę pracownię ceramiczną, prowadzili już zajęcia i mają doświadczenie w pracy z osobami z niepełnosprawnościami. Dla tych, którzy potrzebują wiedzy technicznej o surowcach, ich zastosowaniu i bezpieczeństwie pracy z nimi.

**- TEATROTERAPIA (warsztat prowadzi Wojciech Kotylak) - teatr czarny,**

## **teatr cieni 20-22.10.2023**

Warsztaty mają na celu przybliżenie techniki teatru: cieni oraz luminescencyjnego. Uczestnicy warsztatów będą mieli okazję poznać odpowiednie materiały używane w tych technikach, rodzaje oświetlenia i praktyczne rozwiązania z nimi związane, rozwiązania konstrukcyjne i sposoby animacji rekwizytów, lalek, budowy ekranów do teatru cieni, a także sami odkrywali nowe metody działań scenicznych w etiudach przygotowywanych w ramach pracy grupowej. Każdy z uczestników aktywnie współtworzył będzie prezentowane na koniec spotkania teatralne „dzieła”.

Będzie też czas na prezentacje materiałów filmowych oraz fotografii ilustrujących etiudy i spektakle własne, a także teatrów świata w omawianych technikach teatralnych.

### **- TEATROTERAPIA (warsztat prowadzi Janusz Szymański) – ekspresja ciała w procesie twórczym na scenie – 02-04.06.2023**

Cele zajęć obejmują:

- zapoznanie uczestników z technikami pracy z ciałem,
- praktyczne nauczanie zasad i umiejętności pracy twórczej z ciałem,
- poznanie swojej wyobraźni ruchowej,
- stworzenie możliwości poznania swojej ekspresji i jej siły w wyrażaniu własnych emocji,
- umiejętność dialogu niewerbalnego,
- umiejętność dialogu z własnym ciałem.
- rola muzyki w ruchu wzajemne oddziaływanie

przestrzeń na scenie, relacje pomiędzy aktorami

Cele realizowane są poprzez ćwiczenia i zabawy ruchowe które obejmują:

- zabawy ruchowe integrujące grupę,
- techniki rozluźniania i napinania mięśni w zaplanowany sposób,
- mimika twarzy, technika wyrazu emocji,
- techniki obserwacji własnego ciała,
- formy dialogu na ruchu (bez słów),
- ćwiczenia w parach (dialog, emocje, naśladownictwo, obserwacja)
- dopasowywanie ruchu do słowa z różną ekspresją,
- techniki relaksacyjne i świadomość oddechowa,
- proste formy ćwiczeń z ciałem, które pozwalają poszerzyć możliwości ruchowe
- elementy komunikacji niewerbalnej z obszaru kinezjetyki, proksemiki i parajęzyka

