

ARTETERAPIA w świetle psychologii pozytywnej z wykorzystaniem sztuk wizualnych

Prekursorem i twórcą terminu "arteterapia" jest Adrian Hill. Arteterapia może być traktowana jako działanie skierowane na człowieka i jego środowisko, podejmowane w celu przywrócenia, utrzymania lub wzmacniania zdrowia. Arteterapia nie sprowadza się tylko do pracy z osobami z deficytami, ale także może służyć zdrowym do kształtowania pozytywnych zachowań i nawyków, rozwijając pozytywne emocje i wspierając pożądane i prorozwojowe cechy.

Celem warsztatu jest wprowadzenie w psychologię pozytywną oraz zaprezentowanie ćwiczeń arteterapeutycznych.

Korzyści

Uczestnicy warsztatu nabędą wiedzę i umiejętności w zakresie:

- ćwiczeń z zakresu arteterapii kształtujących pozytywne relacje u dzieci,
- czerpania z własnych zasobów, rozwijania i doskonalenia się w poczuciu szczęścia,
- kształtowania narzędzi do lepszego poznania samego siebie.

Treść warsztatu

1. Czym jest arteterapia?
2. Nawiązanie do arteterapii w kontekście psychologii pozytywnej.
3. Model PERMA.
4. Ćwiczenia z zakresu arteterapii w nawiązaniu do Modelu PERMA (2011) jako do klucza dobrego życia: **pozytywne emocje, zaangażowanie, dobre związki, sens, osiągnięcia.**
5. Podsumowanie

Prowadzące warsztat

Ewa Bajer - doktor psychologii, nauczyciel akademicki, trener biznesu, coach. Ukończyła studia doktoranckie i magisterskie na Wydziale Pedagogiki i Psychologii Uniwersytetu Śląskiego w Katowicach. Absolwentka Szkoły Trenerów Metrum oraz Szkoły Coachingu Select Your Way (ACSTH ICF) HPR Group. Od 2007 roku prowadzi szkolenia i warsztaty z zakresu rozwoju umiejętności psychospołecznych. Interesuje się m. in. zastosowaniem psychologii pozytywnej w ramach aktywności zawodowej, związkami pomiędzy efektywnością i satysfakcją osiąganą w pracy a życiem osobistym. Członek Polskiego Towarzystwa Psychologii Pozytywnej oraz Polskiego Towarzystwa Trenerów Biznesu.

Ewa Baranowska-Jojko - arteterapeutka, coach, nauczyciel dyplomowany. Autorka książek oraz wielu publikacji z obszaru arteterapii. Laureatka konkursu w ramach V edycji projektu edukacyjno-artystycznego Do Sztuki Gotowi Start! BWA w Katowicach. **Ekspert zewnętrzny** z zakresu wykorzystania elementów arteterapii w pracy dydaktyczno-wychowawczej dla nauczycieli w ramach projektu Wyższa jakość edukacji w Sosnowcu.

W trakcie Konferencji
będzie możliwość nabycia pozycji
książkowych autorstwa i współautorstwa
współprowadzącej warsztat – Pani Ewy
Baranowskiej - Jojko

