

MAPA MARZEŃ - warsztaty arteterapeutyczne dla sektora NGO

MAPA MARZEŃ - warsztaty arteterapeutyczne dla sektora NGO

Instytut Skrzynki zaprasza na **bezpłatne warsztaty arteterapeutyczne**, czyli warsztaty terapii poprzez sztukę, których **program został zaprojektowany z myślą o pracownikach i pracownikach organizacji sektora pozarządowego**. Ich tematyka tym razem dotyczyć będzie sfery marzeń i planu na ich realizację.

Warsztaty odbędą się **9 grudnia 2023 r. w sali konferencyjnej Dworu Skrzynki** (pl. Parkowy 1, 62-060 Skrzynki, gm. Stęszew, powiat poznański). Potrwają **od godziny 12:00 do 15:00**. **Liczba miejsc ograniczona**. Zapisy e-mailowe: kontakt@instytutskrzynki.pl.

Motywy przewodnim spotkania będzie ćwiczenie **umiejętności nazywania swoich pragnień i przywracania sobie sprawczości**. Kiedy ostatnio poświęciłam, poświęciłem czas na zastanowienie się nad tym, o czym marzę? Czy mam w sobie przekonanie, że pewne rzeczy zawsze już zostaną jedynie w tej sferze? Co mnie powstrzymuje od ich realizacji? Lęk przed tym, co powiedzą inni czy przed konfrontacją oczekiwań z rzeczywistością? A może jeszcze coś innego?...

Wykorzystując technikę kolażu, uczestnicy i uczestniczki zostaną poproszeni o przygotowanie mapy swoich marzeń. Twórczemu działaniu towarzyszyć będzie rozmowa o wspierających i blokujących przekonaniach, a także o wspomnianej już sprawczości.

Misją warsztatów jest stworzenie bezpiecznej przestrzeni, w której w życzliwej atmosferze uczestniczki i uczestnicy będą mogli porozmawiać o tym, co jest dla nich ważne. Funkcjonując na co dzień w rzeczywistości wymagającej niemalże ciągłej dostępności i gotowości do działania, spróbujemy spojrzeć na siebie z innej perspektywy i znaleźć odpowiedzi na pytania, których być może do tej pory nie było czasu zadawać.

Poprowadzi je **Marta Szostak**, absolwentka arteterapii na Uniwersytecie Medycznym im. Karola Marcinkowskiego oraz muzykologii, kulturoznawstwa i studiów z zakresu rozwoju publiczności na Uniwersytecie im. Adama Mickiewicza. Stale współpracuje z poznańskimi NGO-sami, w tym Fundacją Odzyskani oraz Fundacją im. Julii Woykowskiej, w których prowadzi warsztaty arteterapeutyczne przeznaczone głównie (choć nie jedynie) dla młodzieży i młodych dorosłych. W poznańskiej Scenie Roboczej – Społecznym Miejscu Kultury zaprojektowała i przeprowadziła pilotażowe warsztaty towarzyszące premierze jednego ze spektakli. Regularnie współtworzy działania edukacyjne organizowane przez Teatr Muzyczny w Łodzi.

Arteterapia to dla niej podróż przez sztukę w głąb siebie; to szansa na usłyszenie swojego głosu oraz zaobserwowanie i nazwanie emocji, to przestrzeń do rozwoju i czas na refleksję, którą wspiera swobodne twórcze działanie. To proces, w którym sztuka jest towarzyszem, a człowiek – celem.

Przygotował: Instytut Skrzynki