



**Stowarzyszenie „Akademia Umiejętności Społecznych”
oraz Centrum „Łowicka”**

serdecznie zapraszają do Akademii Arteterapii - projekt Mokotów Twórczej Energii 2018! Warszawa

Projekt jest przeznaczony dla osób z przygotowaniem w zakresie arteterapii, animacji kultury, terapii zajęciowej.

Nasz tegoroczny projekt **Mokotów Twórczej Energii 2018** uzyskał poważne dofinansowanie Dzielnicy Mokotów m. st. Warszawy. Dzięki temu możemy Państwu zaoferować **bardzo korzystne warunki finansowe uczestnictwa** w projekcie – informacja poniżej.

Projekt obejmuje dwie części:

Część I. Program edukacyjny realizowany w formie 9 warsztatów (w sumie 162 godziny dydaktyczne, 9 Zjazdów)

W ramach zajęć będą mieli Państwo możliwość nie tylko pogłębić umiejętności i wzmocnić kompetencje już pozyskane w ramach innych kursów i szkoleń terapii przez sztukę, ale także poznać nowe narzędzia w zakresie różnych metod, w tym metody arteterapii, rozumianej jako metoda wykorzystująca kulturę i sztukę do twórczej zmiany oraz animacji i edukacji kulturalnej, społecznej i środowiskowej. Celem tej części będzie także przygotowanie uczestników do projektowania i prowadzenia w sposób animacyjny i partycypacyjny przewidzianych w części II wydarzeń artystyczno-edukacyjnych. Zajęcia cz.I zaczynamy 3 marca 2018 r. **Terminarz i program zajęć w załączeniu.**

Część II. Składa się z dwóch elementów:

1. 5 otwartych, interdyscyplinarnych wydarzeń kulturalnych i artystycznych dla mieszkańców Mokotowa (twórczych, autorskich przedsięwzięć uczestników cz.I), realizowanych przez animatorów - uczestników części I wspólnie z grupami i społecznościami lokalnymi, placówkami i instytucjami kultury, oświaty, pomocy społecznej, itp. w różnych miejscach naszej Dzielnicy. Czas trwania wydarzenia 3-4 godziny. Spodziewamy się, że część wydarzeń odbędzie się w przestrzeni publicznej. **Organizatorzy** całego projektu

zapewniają wsparcie merytoryczne i organizacyjne, uzyskanie zgody dotyczącej wykorzystania przestrzeni publicznej, pomoc w nawiązaniu współpracy z placówkami, środki na materiały do wydarzeń i materiały promocyjne. Zakładamy realizację wydarzeń w zespołach. Każdy uczestnik jest współorganizatorem jednego wydarzenia, każdy zespół realizuje jedno wydarzenie z pięciu. Czas realizacji tej części: 1 lipca – 31 października 2018 r.

2. warsztat podsumowujący i opis dobrych praktyk.

Warsztat podsumowujący, w trakcie którego animatorzy kulturowi – organizatorzy wydarzeń artystycznych cz.II podsumują doświadczenia pracy. Zakładamy, że w warsztacie wezmą także udział, aktywnie uczestniczący w wydarzeniach, lokalni liderzy. Wynikiem warsztatu będą rekomendacje najbardziej skutecznych metod współpracy artystycznej ze społecznościami Mokotowa oraz wypracowanie modelowych scenariuszy realizacji działań animacyjnych i zebranie dobrych praktyk związanych z organizacją partycypacyjnych wydarzeń kulturalnych. Rekomendacje zostaną opracowane w formie publikacji on-line i udostępnione wszystkim zainteresowanym w mediach społecznościowych, na stronie internetowej Stowarzyszenia (na FB), na stronie internetowej Centrum Łowicka www.lowicka.pl, w innych mediach. Ich upowszechnienie umożliwi multiplikację w innych społecznościach Mokotowa i Warszawy. **Warsztat odbędzie się 17,18 listopada 2018 r. i będzie prowadzony przez dwie osoby; Katarzynę Sekutowicz i Zdzisława Hofmana. Czas trwania warsztatu - 18 godzin.**

*Po ukończeniu całego projektu uczestnicy otrzymają **certyfikaty** ukończenia zawierające informacje o pozyskanej w ramach projektu wiedzy i umiejętnościach.*

Sprawy finansowe: Dzięki bardzo znaczącemu wsparciu Dzielnicy Mokotów koszt całości projektu dla uczestnika wynosi **400 zł**. Opłata powinna być wniesiona do 20 lutego 2018 r. na konto Stowarzyszenia „Akademia Umiejętności Społecznych”: PKO BP Nr rachunku 69 1020 1068 0000 1002 0269 1939 z dopiskiem „Opłata za uczestnictwo w projekcie Mokotów Twórczej Energii 2018”.

Jeśli zechcą Państwo skorzystać z zaproszenia do projektu mam prośbę o jak najszybsze wypełnienie dołączonej Karty Zgłoszenia i odesłanie jej na adres drogą e-mailową: jolitta.stepniak@lowicka.pl do 20 lutego 2018 r.

Dysponujemy ograniczoną liczbą miejsc. Na ewentualne pytania chętnie odpowie koordynatorka projektu Jolitta Stępnik nr Tel 501725166

Zapraszamy na stronę

<https://www.facebook.com/akademiaumiejtnoscispolecznych/>

Projekt Mokotów Twórczej Energii 2018 – terminarz zajęć

- 1. 3, 4 marca 2018**
- 2. 17, 18 marca**
- 3. 7, 8 kwietnia**
- 4. 21, 22 kwietnia**
- 5. 5, 6 maja**
- 6. 19, 20 maja**
- 7. 2, 3 czerwca**
- 8. 16, 17 czerwca**
- 9. 23, 24 czerwca**

Mokotów Twórczej Energii 2018 – część I – Program

Program obejmuje następujące warsztaty:

1. Budowanie pozytywnego wizerunku uczestnika i grupy poprzez angażowanie w wydarzenia artystyczne (18 godz.), Zdzisław Hofman

- Tworzenie klimatu wzajemnego zaufania w grupie
- Twórczość jako dostępny zasób każdego człowieka w każdym wieku – działania wielopokoleniowe
- Pomaganie oraz wywieranie wpływu wzajemnego uczestników
- Doświadczenie siebie jako osoby kompetentnej, zasługującej na poczucie satysfakcji
- Nadawanie osobistego celu i sensu wydarzeniom artystycznym
- Angażowanie do aktywności i budowanie poczucia własnej wartości uczestnika działań artystycznych jako przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu.

2. Teatr bezpieczną przestrzenią do budowania relacji opartych na dialogu (18 godz.), Marzena Paludan-Oreżak

- Rozpoznawanie emocji i wyrażanie ich poprzez wcielanie się w różne role.
- Budowanie scenek i krótkich scenariuszy teatralnych, uwrażliwiających na różnorodność widzenia i przeżywania otaczającego nas świata
- Wykorzystanie teatru do budowania relacji opartych na dialogu z użyciem technik dramy, socjodramy i psychodramy

3. Kreatywne wykorzystanie ruchu i tańca w procesie twórczym (18 godz.), Agnieszka Sokołowska

- ugruntowanie umiejętności interpersonalnych, wzmocnienie empatii kinestetycznej w pracy animatora kultury
- pogłębienie wiedzy o fazach procesu kreatywnego w ruchu i tańcu
- twórcze wykorzystanie analizy i języka ruchu do tworzenia ćwiczeń i tańca z grupami
- tańce w kręgu dostosowane do różnych sytuacji, tworzenie własnego tańca w grupie
- twórcza praca łącząca obraz i ruch jako środki wyrazu
- dzieci, młodzież, dorośli - tworzenie prostych choreografii
- projektowanie ćwiczeń z zaobserwowanych tematów w grupie

4. Butoh – ekspresyjny teatr tańca (18 godz.), Sylwia Hanff

- rozszerzenie definicji tańca i wolność ekspresji
- awangarda taneczna i rozwój kreatywności
- paradygmat jedności ciała-umysłu a psychologia współczesna
- odblokowanie naturalnych połączeń między umysłem i ciałem, integracja warstw świadomości
- spotkanie z innością - zmiana postrzegania relacji z ludźmi i otaczającą przestrzenią.
- metoda butoh jako sztuka sceniczna i narzędzie arteterapeutyczne

5. Muzyka w przestrzeni własnej i publicznej (18 godz.), Marta Piotrowska

- warsztat animatora, praca z własnymi barierami, odkrycie, nazwanie, przekroczenie
- muzyczna edukacja kulturalna, polisensoryczna percepcja dzieła muzycznego z wykorzystaniem ruchu
- partytury tworzone rytmem przestrzeni, obrazem, kolorem, słowem
- body sound i circle songs – rytmizacja, aktywizacja głosu, harmonizacja, uwaga słuchowa
- tworzenie i poznawanie instrumentów
- orkiestra i dyrygent
- działania eksperymentalne – techniki improwizacji
- muzyka w przestrzeni teatralnej, edukacyjnej, miejskiej, galeria muzyczna
- muzyczne flash mobs
- głos narzędziem pracy- świadomość przekaz
- głos słyszalny wyrazem głosu niesłyszalnego, wewnętrznego.

6. Twórcza energia w przestrzeni miejskiej (18 godz.),

Janusz Byszewski, Maria Parczewska

- podnoszenie kompetencji uczestników warsztatu w zakresie realizowania działań w przestrzeni miejskiej
- planowanie i przygotowanie konkretnych realizacji
- przeprowadzenie zaprojektowanych działań w konkretnych miejscach z udziałem osób, które tam zamieszkują lub z miejsc tych korzystają
- język sztuki współczesnej i strategia tworzenia „energetycznych miejsc” w przestrzeni Mokotowa
- tworzenie małych wspólnot i miejsc sprzyjających spotkaniu z innymi osobami, wspólnemu działaniu, rozmowom na tematy ważne
- partycypacyjne metody działania i przeprowadzania zmian w budowaniu relacji społecznych.

7. Labirynt jako narzędzie wspierania procesu kreatywnego (18 godz.), Sylwia Hanff

- starożytne narzędzie w nowoczesnym zastosowaniu
- labirynt jako symbol procesu tworzenia
- labirynt jako narzędzie pobudzania i rozwijania kreatywności na różnych płaszczyznach
- szerokie zastosowanie labiryntu w edukacji artystycznej i arteterapii w różnych grupach wiekowych i społecznych
- kreatywność jako tworzenie nowych rozwiązań
- praca z umysłem i wyobraźnią
- poszukiwanie oryginalności/autentyczności i kreatywność jako przeciwieństwo naśladownictwa
- odkrywanie wewnętrznego twórcy/artysty - labirynt jako uzdrawianie „zranionego” twórcy

8. Spotkanie z Innym – warsztat wielokulturowy (18 godz.), Katarzyna Sekutowicz

- wpływ stereotypów kulturowych na działania artystyczne
- uwzględnianie wielokulturowości w planowaniu działań artystycznych
- włączanie perspektywy wielokulturowej do działań artystycznych
- uwzględnienie potrzeb odbiorców z uwzględnieniem ich odrębności kulturowej

9. Twórcze wykorzystanie fotografii, filmu i mediów społecznościowych – rozwój, integracja społeczna, komunikacja, rejestracja zdarzeń artystycznych (18 godz.), Dorota Raniszewska

- przybliżenie dzieła – wykorzystanie metaforycznej roli fotografii i filmu, przedstawienie i wspólne poszukiwanie znaczeń, odczytywanie treści i przekazu autora - wewnętrzny świat człowieka, świat doświadczeń emocjonalnych,
- rozwój ekspresji własnej – wykorzystanie fotografii i filmu w celu uwalniania twórczego potencjału, odkrywania ukrytych zasobów i talentów człowieka i grupy, twórcze przetwarzanie własnych doświadczeń,
- wzmocnienie i rozwijanie własnego potencjału twórczego i warsztatu w zakresie stosowania technik fotograficzno-filmowych, doświadczenie twórczego procesu i aktywności w pracy animatora kultury
- więziotwórcza i włączająca rola mediów społecznościowych, kreowanie wizerunku osób, miejsca i zdarzeń artystycznych,
- publikacje i komunikacja z wykorzystaniem mediów typu Facebook, Instagram, Youtube, itp.

Prowadzący warsztaty

Zdzisław Hofman - Trener kompetencji psychologicznych, socjoterapeuta. Trener biznesu. Nauczyciel mgr biologii, Wieloletni prezes Stowarzyszenia KLANZA, Tutor i coach w programach rozwojowych liderów, założyciel i wieloletni prezes Fundacji Rozwoju Wolontariatu. Autor i realizator programów doskonalenia zawodowego nauczycieli oraz działań arteterapeutycznych.

Marzena Paludan - Orężak, aktorka – ukończyła Państwową Wyższą Szkołę Teatralną im. Ludwika Solskiego w Krakowie, Edukator Teatralny, Certyfikowany psychoterapeuta Gestalt Instytutu Psychoterapii Gestalt w Krakowie, zrealizowała wiele projektów teatralnych w Polsce, Skandynawii, Wielkiej Brytanii oraz USA. Autorka Programów

edukacyjno -profilaktycznych dla młodzieży, wychowawców i animatorów kultury, autorka i realizatorka programu „Terapia przez Teatr” w Ośrodku Readaptacji i Rehabilitacji Monar. Wykładowca w English Unlimited oraz na Uniwersytecie Gdańskim. Autorka programów szkoleniowych z miękkich technik budowania kontaktu. Prowadzi prywatną praktykę psychoterapeutyczną. Szkolenia dla nauczycieli z zakresu umiejętności terapeutycznych w pracy wychowawczej.

Agnieszka Sokołowska – Superwizorka i psychoterapeutka tańcem i ruchem, analityk ruchu, psycholog, nauczycielka w Polskim Instytucie Terapii Tańcem i Ruchem i na kursie Arteterapia Kultura przeciwko wykluczeniu. Współzałożycielka Ośrodka Terapii Tańcem i Ruchem IBA i współtwórczyni podejścia OFF WORDS Ruch*Obraz*Słowo nakierowanego na doskonalenie nauczycieli, terapeutów i trenerów. Uczy również języka ruchu/ciała opisanego przez Labana i prowadzi autorski Trening Świadomości: ciała, emocji, myśli, relacji, podczas którego twórcze wykorzystanie ruchu uczestnicy mogą bezpośrednio przeżyć i wykorzystać w codziennym życiu.

Sylwia Hanff – mgr filozofii UW, tancerka butoh; butoh uczyła się u największych mistrzów; choreografika i reżyserka teatru tańca, choreoterapeutka, instruktorka improwizacji tańca i symboliki ciała (Instytut Dynamiki Tańca i Ruchu w Essen); facylitatorka pracy z labiryntem (Veriditas Trained Labyrinth Facilitator/USA), nauczycielka jogi (CertyfikatKRI, USA); od 20 lat zajmuje się różnymi technikami rozwoju osobistego; tańca współczesnego i orientalnego uczyła się na wielu międzynarodowych festiwalach i warsztatach tańca w Polsce, Niemczech i Wielkiej Brytanii; tańczyła w międzynarodowych projektach tanecznych; była aktorka zawodowego zespołu Warszawskiego Teatru Pantomimy, 10 lat współpracowała z Teatrem Narodowym i Operą Narodową, współpracuje z teatrami fizycznymi; założyła i prowadzi Teatr LIMEN; menadżerka kultury (Studium Menadżerów Kultury UAM).

Marta Piotrowska – psycholog (mgr psychologii Uniwersytetu Warszawskiego, Uzyskała certyfikat muzykoterapii grupowej w psychiatrii i psychoterapii (Instytut Psychiatrii i Neurologii, Warszawa) trener umiejętności psychospołecznych, muzykoterapeutka (mgr muzykologii UKSW). Zajmuje się warsztatową pracą z grupą oraz praktyką indywidualną. Prowadzi szkolenia, warsztaty, treningi, konsultacje, coaching i terapię. Instruktor improwizacji tańca i symboliki ciała (Institut für Tanz - und Bewegungsdynamik, Essen), posiada certyfikat RTZ – uprawnienia do korzystania z Racjonalnej Terapii Zachowań (Normann- Benett), ukończyła Szkołę Trenerów METRUM, ukończyła Kurs dramy I i II stopnia (Stowarzyszenie ASSITEJ).

Maria Parczewska - psycholog, pedagog, projektant. Prowadzi projekty edukacyjne adresowane przede wszystkim do grup zawodowych związanych z: wychowaniem, nauczaniem, terapią, resocjalizacją, edukacją kulturową oraz artystyczną. Prowadzi warsztaty twórcze, wykłady, szkolenia specjalistyczne, współpracując z wieloma instytucjami także europejskimi. Od 14 lat współtworzy i realizuje program specjalizacji Animacja kultury w Instytucie Kultury Polskiej Uniwersytetu Warszawskiego. Współpracuje z Uniwersytetem Jagiellońskim i z Wyższą Szkołą Pedagogiki Resocjalizacyjnej „Pedagogium” w Warszawie. Jest autorką publikacji i artykułów z zakresu animacji kultury i kreatywności. Projektuje książki, plakaty i wydawnictwa artystyczne.

Katarzyna Sekutowicz – etnograf, z racji dalszego doskonalenia specjalistka w wielu różnych dziedzinach, między innymi monitoringu, zarządzania i ewaluacji Projektów Finansowych z Funduszy Strukturalnych, superwizorka Stowarzyszenia Organizacji Pozarządowych STOP, trenerka pracy w procesie grupowym, twórczyni programów Szkoły Animatorów Społecznych, autorka wielu publikacji z dziedziny ewaluacji działań w animacji społecznej, planowania strategicznego w kulturze, narzędzi samooceny organizacji pozarządowych.

Dorota Raniszewska - Profesjonalny Coach i Trenerka, Licencjonowany Konsultant Motivational Maps™, Certyfikowana Trenerka Points of You®, z wykształceniem humanistycznym i w zakresie rozwoju osobistego oraz solidnym doświadczeniem zawodowym w pełnionym zawodzie. Od kilku lat aktywnie rozwija Techniki Fotografii w Coachingu. Aktywnie współpracuje i jest członkiem International Coach Federation. Jest autorką pierwszej na polskim rynku książki poświęconej zastosowaniu Fotografii w Rozwoju, zatytułowanej "JEDEN OBRAZ – WIELE SŁÓW. Fotografia w rozwoju osobistym, terapii i pracy wychowawczej. Zapis podróży własnej". Otrzymała osobistą rekomendację Judy Weiser, światowego autorytetu w zakresie Technik FotoTerapii, do nauczania ich w praktyce coachingu. Współtwórczyni podejścia OFF WORDS Ruch*Obraz*Słowo nakierowanego na doskonalenie nauczycieli, terapeutów i trenerów. Prowadzi własną praktykę coachingową oraz autorskie szkolenia w dziedzinie fotografii w rozwoju, umiejętności wizualnych, analizy zdjęć.