

Działania twórcze

Kurs ma za zadanie umożliwienie poznania siebie w zakresie motywacji i zakładanych w życiu celów oraz pogłębienie świadomości w obszarze wartości ważnych w życiu. Ważnym elementem wspólnych działań będzie kształcenie umiejętności działania poprzez sztukę do wyrażania siebie poprzez tradycyjne media, takie jak np. malarstwo i rzeźba, grafika i rysunek, a także nowe – jak na przykład książka artystyczna, czy film autorski trudny do zasufladkowania.

Program kursu:

1. Pogłębienie świadomości w obszarach wartości: – rodzina, praca, zdrowie, przyjaciele, szczęście... – działanie w wybranym obszarze sztuki – rysunek, rzeźba, collage, fromage, pozostałe sztuki wizualne
2. Pokonywanie własnych ograniczeń, przekraczanie strefy komfortu poprzez działania w wybranych obszarach sztuki, stymulacja zmiany ograniczających przekonań.
3. Skąd się bierze motywacja – wyznaczanie celów, określanie priorytetów – działania w wybranym obszarze sztuki
4. Kształcenie umiejętności dyskusji w oparciu o powstałe prace artystyczne, szanowanie stanowiska i poglądów drugiego człowieka, wyciąganie wniosków i stymulowanie procesu zmiany.
5. Realizacja książki artystycznej (wątek autobiograficzny w sztuce) w celu przedstawienie świata własnych wartości w sposób pozawerbalny.

Czas trwania kursu: 8h