
Zážitková skupina s prvky arteterapie a artefiletiky



Chcete lépe poznat sami sebe a více porozumět lidem kolem vás? Máte chuť se dozvědět více o arteterapii a artefiletice?

Zveme vás na **prožitkový sebezkušenostní** kurz. Arteterapie je jednou z cest, jak **lépe porozumět sami sobě** i lidem ve vašem okolí. Čekají vás pravidelná setkávání ve skupině, během kterých si na vlastní kůži vyzkoušíte různorodé arteterapeutické techniky a postupy. Pomocí vlastního prožitku se seznámíte s tím, jak probíhá arteterapeutický proces od úvodního setkání až po závěrečnou reflexi. Arteterapeutické techniky vám pomohou k **hlubší sebereflexi** jak v pracovní, tak v osobní rovině.

Termín: Od 12. 3. 2024

Kdy: Skupiny probíhají pravidelně **každý týden, vždy v úterý dopoledne či večer.**

Zájemce si vybere, zda bude docházet na večerní, či dopolední skupinu. Vzhledem k tomu, že se jedná o uzavřenou skupinu, není možné během průběhu skupiny měnit.

Čas: dopolední skupina 9:00- 11:00h / večerní skupina 18:30- 20:30h

Místo: Setkání probíhají v Kampusu Hyberská 4, budova D, v prostorách poradenského pracoviště v 1. patře.

Poplatek: Účastníci hradí náklady na výtvarné potřeby. Cca 350,- na osobu na celý kurz

Kontakt:

Mgr. Klára Horáková,

Registrace na e-mailu: klara.horakova@ruk.cuni.cz

V případě dotazů volejte: 732 525 834

Pro účast na skupině **není rozhodující výtvarná zdatnost účastníka** a esteticky uspokojivý výsledek díla. **Zásadní je chuť tvořit.** Nebojte se tedy, že "neumíte kreslit".

Pro arteterapii je důležitý proces, při kterém dochází k uvolnění, vyjádření emocí a většímu porozumění sobě i druhým. Na kurzu se seznámíme s typologií barev, budeme se zabývat světem archetypů a vyzkoušíme si různorodé výtvarné techniky.

Podmínkou pro účast na skupině je pravidelná docházka. Jednotlivá setkání na sebe tématicky navazují, proto je důležité brát svou účast na skupině závazně.

Kurz nemá za cíl vyškolit účastníky k provádění odborné arteterapeutické činnosti.