

IZOBRAŽEVANJE S PRVINAMI PLESNO-GIBALNE PSIHOTERAPIJE »AKTIVIRAJ – MOTIVIRAJ – (RE)KREIRAJ«: GIBANJE IN USTVARJALNOST KOT TEMELJ DUŠEVNEGA ZDRAVJA

Zaradi svojih specifičnih teoretskih izhodišč ter praktičnih implikacij predstavlja plesno-gibalna psihoterapija učinkovito podporo razvoju dejavnikov duševnega zdravja iz vidika doživljanja, iz vidika delovanja in iz vidika okolja oziroma konteksta. Gibanje in ustvarjalnost imata v plesno-gibalni psihoterapiji osrednjo vlogo. Skupaj z osredotočenostjo na aktualne in potencialne vire moči predstavljata pomemben dejavnik osebnega razvoja ter vir ustvarjalne moči pri delu s posamezniki ter skupinami. Gibanje je tudi mogočno komunikacijsko sredstvo.

KOMU JE IZOBRAŽEVANJE NAMENJENO?

Izobraževanje je v prvi vrsti namenjeno vsem strokovnjakinjam_om, ki delajo z ranljivimi skupinami na področjih vzgoje in izobraževanja, socialnega varstva in zdravstva. Dobrodošle_i tudi psihoterapevtke_i različnih usmeritev, ki želijo izvedeti več o plesno-gibalni psihoterapiji ter umetnostne terapevtke_ti, ki bi želele_i dopolniti svoje znanje z integrativnimi plesno-gibalno psihoterapevtskimi vsebinami. Izobraževanje je primerno tudi za druge posameznike in skupine (npr. delovne kolektive* ali druge zaključene delovne skupine), ki si želijo pri svojem delu narediti korak naprej: k odkrivanju novih virov moči, k celostni podporni medsebojni komunikaciji, k vzpostavitvi in ohranjanju notranjega in zunanjega ravnovesja ter večji ustvarjalnosti.

***Za delovne kolektive se izvedba prilagodi glede na potrebe in možnosti (tudi glede na število udeležencev).*

KAJ BODO UDELEŽENKE_CI PRIDOBILE_I?

Udeležba na izobraževanju omogoča osebno izkušnjo ključnih vidikov plesno-gibalne psihoterapije. Udeleženci bodo tekom izobraževanja:

- skozi lastno izkušnjo pridobili *uvid v mehanizme in dinamiko podpornega komuniciranja*;
- spoznali nekatera orodja za *razbremenitev in podporo ob pojavu osebnih stisk*, za doseganje *boljšega uvida v lastno doživljanje*, za razvoj *spoprijemalnih strategij* ter za odkrivanje *učinkovitejših načinov delovanja*;
- pridobili *nova znanja in veščine* za uvajanje novih pristopov, ki temeljijo v znanjih in metodah plesno-gibalne psihoterapije: *za izvedbo preventivnih dejavnosti na področju duševnega zdravja, vključno z dejavnostmi za razbremenitev in sproščanje ter s poudarkom na izvedbi dejavnosti socialnega in čustvenega učenja*.

Udeleženkam_cem bodo v navezavi na ustvarjalno gibanje in ples predstavljena temeljna teoretična izhodišča posameznih praktičnih dejavnosti ter temeljna teoretična izhodišča plesno-gibalne psihoterapije, s poudarkom na teorijah socialne interakcije, podporne komunikacije in skupinske dinamike. Predstavljena bodo priporočila o možnostih uporabe posameznih dejavnosti, tehnik in pristopov pri njihovem vsakodnevem delu. Udeleženke_ci prejmejo potrdilo, pisno gradivo in seznam literature in drugih virov. Izobraževanje predstavlja tudi dober uvod v osebno izkušnjo in nadaljnje izobraževanje na področju plesno-gibalne psihoterapije.

OBSEG in TRAJANJE

Modul »AKTIVIRAJ – MOTIVIRAJ – (RE)KREIRAJ«: GIBANJE IN USTVARJALNOST KOT TEMELJ DUŠEVNEGA ZDRAVJA obsega 60 pedagoških ur. Od tega predstavlja 36 ur udeležba na predavanjih in delavnicah, 12 ur je samostojno delo (praktična aktivnost) in 12 ur predstavlja sodelovanje in delo na daljavo (delo v manjši skupini ter konzultacije). Izobraževanje bo izvedeno v času od 18. 11. 2022 do 21. 1. 2023 v 3 sklopih, z dvema dodatnima vmesnima in dodatno zaključno aktivnostjo (termini srečanj za slednje bodo določeni po dogovoru z udeleženci, vmesna in zaključna aktivnost se izvede v spletnem okolju Zoom).

1. SKLOP : AKTIVIRAJ – MOTIVIRAJ – (RE)KREIRAJ : PETEK 18. 11. in SOBOTA 19. 11. 2022, v petek od 16. do 20. ure (predavanje z izkustvenimi vajami; izvedba s pomočjo zoom aplikacije) in sobota od 11.00 – 18.00 (izkustveni seminar, v prostorih Inštituta IZIS v Mariboru).

VMESNA AKTIVNOST: Udeleženke_ci načrtujejo, izvedejo in evalvirajo eno dejavnost, kar predstavijo vodji izobraževanja in soudeleženkam_cem tekom srečanja na daljavo (zoom) v manjši skupini (samostojno delo 4 ure, predstavitev izvedene dejavnosti/delo v majhni skupini in konzultacije 4 ure).

2. SKLOP: RITEM, GIBANJE, PODOBA, ZVOK, PETEK 9. 12. in SOBOTA 10. 12. 2022, v petek od 16. do 20. ure (predavanje z izkustvenimi vajami; izvedba s pomočjo zoom aplikacije) in sobota od 11.00 – 18.00 (izkustveni seminar, v prostorih Inštituta IZIS v Mariboru).

VMESNA AKTIVNOST: Udeleženke_ci načrtujejo, izvedejo in evalvirajo eno dejavnost, kar predstavijo vodji izobraževanja in soudeleženkam_cem tekom srečanja na daljavo (zoom) v manjši skupini (samostojno delo 4 ure, predstavitev izvedene dejavnosti/delo v majhni skupini in konzultacije 4 ure).

3. SKLOP : RITEM, REGULACIJA, RAVNOVESJE, INTEGRACIJA : PETEK 20. 1 in SOBOTA 21. 1. 2023, v petek od 16. do 20. ure (predavanje z izkustvenimi vajami; izvedba s pomočjo zoom aplikacije) in sobota od 11.00 – 18.00 (izkustveni seminar, v prostorih Inštituta IZIS v Mariboru).

ZAKLJUČNA AKTIVNOST IN KONZULTACIJE Z VODJO IZOBRAŽEVANJA: Udeleženke_ci pripravijo tudi kratko pisno nalogo na izbrano temo (do 3 strani), izbrano temo in zaključno refleksijo predstavijo tekom zoom srečanja v manjši skupini.

Termini vmesnih in zaključne aktivnosti (delo v manjši skupini, konzultacije) bodo določeni po dogovoru z udeleženkami_ci.

LOKACIJA

Poslovni in terapevtski prostori INŠTITUTA IZIS na naslovu ULICA ŠKOFA MAKSIMILJANA DRŽEČNIKA 6, 2000 MARIBOR (3. nadstropje, dostop tudi z dvigalom).

CENA IN POGOJI PLAČILA

Cena celotnega izobraževanja je 420 evrov za posamezno_ega udeleženko_ca. Cena vključuje pisno gradivo in potrdilo o udeležbi. Ob enkratnem plačilu cene celotnega izobraževanja do dogovorjenega datuma (pred izvedbo) priznamo 10% popust. Plačati je mogoče tudi v treh mesečnih obrokih in sicer je rok za plačilo posameznega obroka (v višini 140 evrov) dan pred pričetkom izvedbe posameznega sklopa.

PRIJAVE

Izpolnjeno prijavnico prosim posredujte po e – pošti na naslov: alenska.lin.simonc@izis.si .

Na podlagi prejete prijave vam bomo, upoštevajoč izbran način plačila, posredovali račun. Kotizacijo (oziroma dogovorjeni obrok) je potrebno poravnati do pričetka izobraževanja (v primeru plačila na obroke: posamezen obrok dan pred pričetkom posameznega sklopa).