



Center kakovosti odnosov

25. do 27. maj

Domžale



Delavnici

Ključni za inspiracijo in Neuroreprogramiranje

Skozi slikanje in risanje do kretivnega mišljenja

Dr. Tatiana Lobanova

Center kakovosti odnosov | 2018

Delavnici

Ključni za inspiracijo in Neuroreprogramiranje Skozi slikanje in risanje do kreativnega mišljenja

Namen ključev za inspiracijo je aktivirati kreativen način razmišljanja in odpreti poti do novega pogleda nase, svoje življenje in svoje odnose. Ta način razmišljanja pospeši intuicijo in najde pot do rešitev tam, kjer se nam je doslej izmikala. To se zgodi, ker se aktivira naša desna možganska polovica, ki ima sposobnost, da ustvari celotno sliko situacije, tudi ko nimamo na voljo vseh razumskih informacij. Še posebej v primeru, ko leva možganska polovica, ki je logična in razmišljujoča, ne najde rešitev ali pa lahko zaradi pomanjkanja informacij pride do napačnih sklepov. Desna možganska polovica upravlja s slikami in občutki in prav z namenom, da okrepimo delovanje desne hemisfere bomo delali s to posebno metodo izraznega slikanja. Ustvarili bomo svoje lastne slike, ki jih bomo slikali z različnimi barvami, saj so barve neposredno povezane z našimi čustvi.

Tradicionalne metode učenja slikanja in risanja uporabljajo levo (verbalno ali razumsko) možgansko hemisfero, ki uči tehniko, ne vidi pa celostne podobe, medtem ko desna hemisfera s svojim izjemnim občutkom za prostor in oblike da slikanju dimenzijo celote. Pri delu z barvami lahko udeleženci spoznajo svoje prevladujoče čustveno stanje in kar je še bolj pomembno, lahko ga tudi spremenijo v zeleno smer. Izrazno slikanje temelji na tem, da preplavimo levo hemisfero s situacijo na način, da dobimo vtis »to ne more biti res« ali »vidim, ampak ne verjamem svojim očem«. V takih situacijah, ko ne najdemo razumske razlage, se leva razumska hemisfera izklopi in odstopi prostor delovanju desne hemisfere, ki običajno najde rezultate in rešitve. Že pri demonstracijah izraznega slikanja (3 do 5 minut na sliko) smo lahko pričali globokemu delu na sebi, ko lahko transformiramo svojega notranjega kritika in začnemo sprejemati sebe.

Manj kot pol ure takega slikanja prične odstranjevati vizualne in miselne stereotipe, sinhronizira centralni živčni sistem in gibanje rok ter da občutek navdihnjenosti in veselja. 5 ur takšnega kreativnega dela nam da ključne do kreativnega načina razmišljanja in ključne do uvidov oziroma vizije, kadar koli to potrebujemo. Istočasno pa postanemo pravi slikarji!

Pri tej metodi se uporablja papir, čopiči in vodne barve. Delavnica poteka v učilnicah z mizami. Trajanje delavnice je 2 šolski uri za otroke in 6 do 12 polnih ur za odrasle.

Delavnica Neuroreprogramiranja

Neuroreprogramiranje je odlična tehnika osebne rasti. Je umetniški način, na katerega lahko spremenimo sebe. Posebna tehnika risanja pomaga povezati naše zavedno z nezavednim s pomočjo aktiviranja nevronske povezave, ki so vir do ogromnega potenciala energije znotraj nas. Skozi vodeno tehniko, korak za korakom s pomočjo posebnih algoritmov vnesemo motivacijo in razrešitev v situacije, ki so za nas pomembne. In to le v nekaj urah učenja. Vse je mogoče narisati. Veliko bo risanja, risanja naših načrtov, izkušenj, misli, čustev. Vsaka risba je kot portret sebe, ki reflektira, kako vidimo sebe, svet, kakšen smisel tvorimo in kakšne izkušnje na podlagi tega. Z uporabo Neuroreprogramiranja lahko postanemo učinkovitejši, lažje ustvarjamo interakcije s svetom in bolj uživamo v življenju. Delavnica vas bo naučila tehniko posebnega risanja vzorcev, zgodovino Neuroreprogramiranja, grafične elemente – preproste oblike in linije, ki so potrebni v procesu, risanja tem, ki je za vas pomembne. Videli bomo, kako se naši notranji procesi čustvovanja uravnotežijo skozi uporabo te metode.

Pri tej metodi se uporablja papir, tanki in debeli barvni flomastri. Delavnica poteka v učilnicah z mizami. Trajanje delavnice je 3 polne ure in je namenjena odraslim.

Cilj delavnic

Cilj delavnic je okrepiti delovanje desne možganske poloble, aktivirati kreativen način razmišljanja in zaznavanja, transformirati omejujoče vzorce in prebuditi vir notranje energije.



Predavateljica



Dr. Tatiana Lobanova

Dr. Tatiana Lobanova je psiholog z doktoratom znanosti s področja psihologije. Rojena je bila v St. Petersburgu v Rusiji.

12 let je poučevala kot profesor na Visoki tehniški šoli, kjer je predavala predvsem o »Teoriji kreativnosti in izumov« in »Učinkovitih načinov poučevanja v srednjih šolah«.

Že preko 21 let ima svojo privatno psihološko prakso, kjer deluje kot svetovalec in trener pri različnih življenjskih izzivih. V svojem delu je ustvarila in razvila svoje lastne metode dela preko edinstvenih delavnic za osebno rast, socialno prilagajanje in razvoj kreativnosti. Rezultati njenega dela so bili objavljeni v mnogih ruskih publikacijah. Svoje delo zdaj razširja tudi v Evropi, predvsem Nemčiji in na Norveškem, kjer je ogromno zanimanja za njeno delo.

Kdaj: 25. do 27. maj 2018 (25.5., 16h do 17:30h slikanje za otroke do 14 let; Neuroreprogramiranje za odrasle 25.5., 18h do 21h; začetna delavnica slikanja 26.5., 9h - 17h; nadaljevalna delavnica slikanja 27.5., 9h - 17h)

Kje: OŠ Domžale

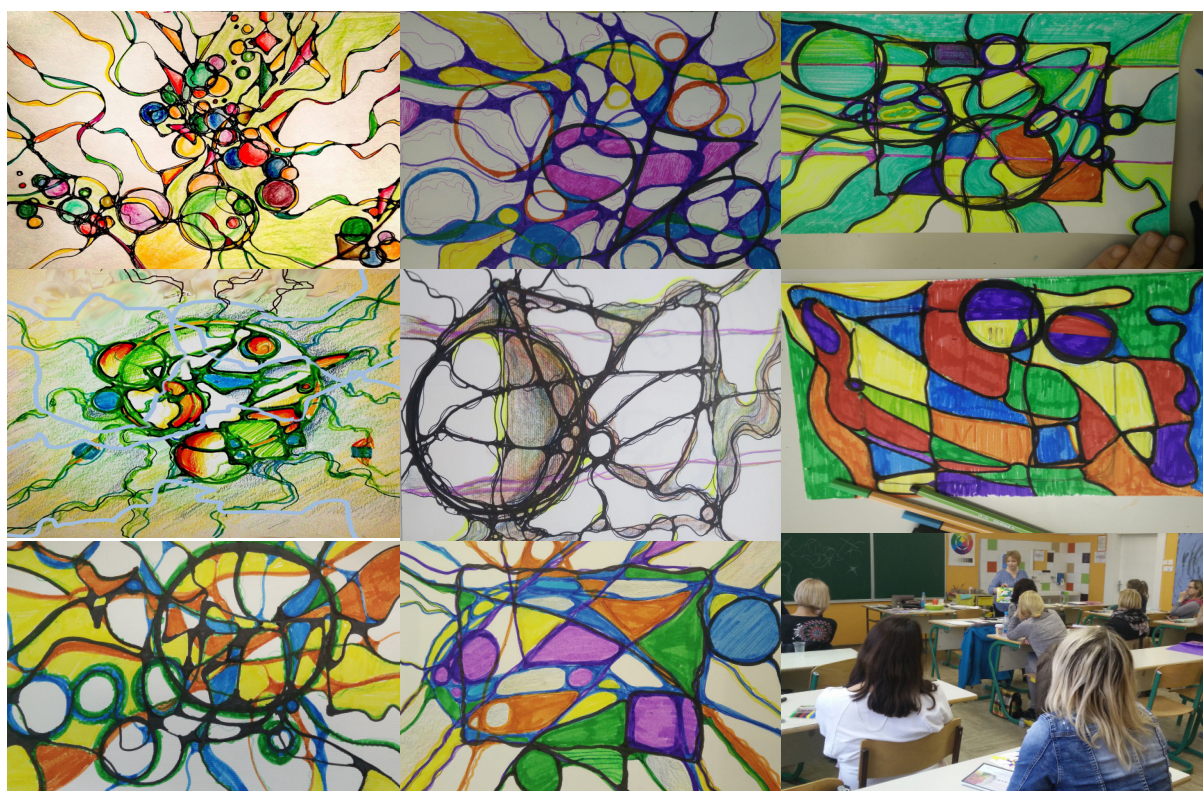
Cena: 190 € (vključuje dve delavnici slikanja 2 dni in vse materiale za slikanje za odrasle)
50 € (vključuje delavnico 3 ure Neuroreprogramiranja za odrasle ter vse materiale za risanje)
100 € (vključuje eno delavnico 1 dan in vse materiale za slikanje za odrasle)
50 € (vključuje eno delavnico 2 šolski uri in vse materiale za slikanje za otroke)

Prijave: 051 301 357 ali na info@odnosi.com

Starši, delavci in otroci OŠ DOMŽALE imajo 40% popust.

Prijave zbiramo najkasneje do 9. 5. 2018. Prijava velja ob plačilu akontacije v višini 50€ za odrasle in 20€ za otroke.

Neuroreprogramiranje: razreševanje izzivov skozi risanje vzorcev



Prej...

Potem...

