



Center kakovosti odnosov

**14. do 16. april**

Domžale



Delavnici

**Ključni za inspiracijo in  
Neuroreprogramiranje**

Skozi slikanje in risanje do kretivnega mišljenja

Dr. Tatiana Lobanova

Center kakovosti odnosov | 2017

# Delavnici

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

Namen te delavnice 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 so se nam doslej izmikale. To se zgodi, ker ima naša desna možganska polovica to sposobnost, da ustvari celotno sliko situacije, tudi ko nimamo na voljo vseh razumskih informacij. V tem primeru leva možganska polovica, ki je logična in razmišljujoča, ne bi našla rešitve ali pa bi zaradi pomanjkanja informacij prišla do napačnega sklepa. Desna možganska polovica pa operira s slikami in občutki in z namenom, da okrepimo delovanje desne hemisfere bomo delali s posebno metodo izraznega slikanja. Ustvarili bomo svoje lastne slike in delali bomo z različnimi barvami, saj so barve neposredno povezane z našimi čustvi.

Tradicionalne metode učenja slikanja in risanja uporabljajo levo (verbalno ali razumsko) možgansko poloblo, ki uči tehniko, ne vidi pa celostne podobe, medtem ko desna hemisfera s svojim izjemnim občutkom za prostor in oblike da slikanju to 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 takojšnje neverjetne rezultate in rešitve. Že pri demonstracijah izraznega slikanja (3 do 5 minut na sliko) smo lahko pričali globokemu delu na sebi s svojim notranjim kritikom in sprejemanjem sebe.

Manj kot pol ure takega slikanja odstrani vizualne in miselne stereotipe, sinhronizira centralni živčni sistem in gibanje rok ter da občutek navdihnjenosti in veselja. 8 ur takšnega kreativnega dela nam da ključne do kreativnega načina razmišljanja in ključne do uvidov oziroma vizije, kadar koli to potrebujemo. In istočasno postanemo pravi slikarji!

Pri tej metodi se uporablja papir, čopiči in vodne barve. Delavnica poteka v učilnicah z mizami. Trajanje delavnice je 3 ure za otroke in 9 ur za odrasle. Delavnica Neuroreprogramiranja pa 5 ur.

### *Opis delavnice*

Namen delavnice je aktivacija kreativnega načina razmišljanja, ki nam da nov pogled nase, na naše življenje in naše odnose. S tem lahko okrepimo in aktiviramo intuicijo ter najdemo odgovore in rešitve, kjer smo prej videli le težave. Desna možganska hemisfera deluje preko slik in občutkov, zato lahko spodbudimo njeno delovanje s posebno metodo izraznega slikanja.

Preko dela z barvami udeleženci spoznajo svoja čustvena stanja in jih tudi spremenijo na zelen način. 5-9 ur takšnega kreativnega dela nam prinese ključne do kreativnega načina razmišljanja ter povezavo z občutki veselja in navdušenja, kadar koli želimo. In ne pozabimo, da mimogrede postajamo tudi slikarji!

### *Povzetek delavnice*

Cilj delavnice je okrepiti delovanje desne možganske poloble, aktivirati kreativen način razmišljanja in zaznavanja. To pomeni, da bodo udeleženci delavnice imeli priložnost:

- 1. Izkusiti kreativen in intuitiven način razmišljanja ter doživeti novo visoko raven osebne energije**
- 2. Odstraniti vizualne in miselne stereotipe o sebi in svojih odnosih**
- 3. Postati bolj zavesten svojega čustvenega stanja in ga spremeniti v zeleno smer**
- 4. Postati slikarji in ustvariti slike z motivom narave v 10 do 15 minutah**
- 5. Vnesti obilo veselja v svoje življenje in odnose**



## 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. Plodovi njenega dela so bili objavljeni v mnogih ruskih publikacijah. Svoje delo zdaj razširja tudi v Evropi, predvsem Nemčiji in Norveški, kjer je ogromno zanimanja za njeno delo.

### Za zaposlene, starše in otroke OŠ Domžale 40% popusta!

**Kdaj:** 14. do 16. april 2017 (petek za otroke 16h do 19h; sobota 9h - 17h in nedelja 9h - 18h za odrasle)

**Kje:** Domžale

**Cena:** 190 € (vključuje tri delavnice 2 dni in vse materiale za risanje in slikanje) za odrasle  
120 € (vključuje dve delavnici 9 ur (dan in pol) in vse materiale za slikanje) za odrasle  
100 € (vključuje eno delavnico 1 dan in vse materiale za slikanje) za odrasle  
70 € (vključuje eno delavnico 5 ur Neuroreprogramiranja in vse materiale za risanje) za odrasle  
50 € (vključuje eno delavnico 3 ure in vse materiale za slikanje) za otroke

**Prijave:** Mateja Chvatal 031 522 822

Prijave zbiramo najkasneje do **5. 4. 2017**. Prijava velja ob plačilu **akontacije v višini 50€**.

Prej:

Potem:

