



“Latvijas mākslu terapijas asociāciju apvienība” aicina visu specializāciju mākslas terapeitus un mākslu terapijas studentus uz vasaras plenēru **“Piedzīvo mākslu”** 2016.gada 5. – 7.augustā!

PASĀKUMA PROGRAMMA

Piektdien, 5.augustā

16:00	Ierašanās, iekārtošanās
17:00 – 20:00	Iepazīšanās nodarbība: “Kopīgu „grafisko romānu” jeb komiksu veidošanas darbnīca”. Anna Šteina
20:00	Vakariņas
21:00	Vakarēšana ar groziņiem

Sestdien, 6.augustā

9:00	Brokastis			
9:30-11:30	Meistarklases	“Iekšējā transformācija – ceļš uz sevis izzināšanu un panākumiem” (VPMT). Dita Baumanē-Auza	“Dzīvais mežs” (DT). Līga Rundāne	“Ievainojamības trauslais skaistums” (DKT). Simona Orinska
11:30-12:00	Pauze			
12:00-14:00	Meistarklases	“Dziedāšana un elpošanas vingrinājumi un to terapeitiskie kritēriji mūzikas terapijā” (MT). Inga Bērziņa		“Eju Dzīvot Deju” (DKT). Santa Grīnfelde
14:00-15:30	Pusdienas un brīvais laiks			
15:30-17:30	Meistarklases	“Darbs ar mālu mākslas terapijā” (VPMT). Anda Lase	“Skaņas un noskaņas” (MT). Inese Paiča	“Spēlējam mītus! Mīts personības un resursu izpētei drāmas terapijā” (DT). Anna Šteina

17:30-19:00	Brīvais laiks	
19:00	Vakariņas	
20:00-22:00	Meistarklases	“5 ritmu deja” (DKT). Indra Majore-Dūšele (piedalās visi dalībnieki)

Svētdien, 7.augustā

9:00	Brokastis
9:30-12:30	Plenēra laikā iegūtās pieredzes apkopojums un radošās prezentācijas. LMTAA valde
12:30	Noslēgums, apliecību izsniegšana un došanās mājās

Meistarklašu apraksti:

5.augusts

Iepazīšanās meistarklase „**Kopīgu „grafisko romānu” jeb komiksu veidošanas darbnīca**” (visi dalībnieki)

Iespēja piedzīvot kopā radīšanas prieku, darbībā iepazīt sevi, citus un gūt ieskatu drāmas terapijas metodē, ko iespējams izmantot dažādu terapeitisko mērķu realizēšanai. Ikviens spēj sacerēt komiksu!

Vada **Anna Šteina** – Mg. sc.sal., sertificēta mākslas terapeite (drāmas terapeite) un sertificēta supervizore. Diplomēta aktrise. Teātra un runas pedagogs. RSU un LKA Kultūras koledžas lektore.

6.augusts

“Darbs ar mālu mākslas terapijā”

Meistarklases laikā varēs pazīt un izmēģināt dažādas tehnikas/ paņēmienus darbā ar mālu; apgūt mākslas terapijas uzdevumus darbā ar mālu individuāli, pāri un grupā un „piedzīvot kā rokas, kas veido formas no māla, saprotas ar emocijām” (L. Karpova).

Vada **Anda Lase** – Mg.paed., Mg.sc.sal., sertificēta mākslas terapeite. Strādājusi ar senioriem, vardarbībā cietušiem bērniem un jauniešiem un pacientiem ar neirotika rakstura traucējumiem. Šobrīd strādā Brīvā laika pavadīšanas centrā SAC „Stūrīši” Talsu novadā, kuru apmeklē cilvēki ar garīga rakstura traucējumiem, VSIA “Bērnu klīniskā universitātes slimnīca” novietnē Gaiļezērā, ir privātprakse.

“Iekšējā transformācija – ceļš uz sevis izzināšanu un panākumiem”

Sevis un savu resursu apzināšanās veicina izpratni par sava dzīves ceļa norisēm un tālāko virzību. Meistarklases laikā pamēģināsim ielūkoties sev būtiskos jautājumos un radošā veidā rast atbildes simbolu un tēlu veidā. Izmantosim mākslu, lai iepazītu savus iekšējos procesus un ielūkotos nākotnē. Lai labāk sevi izzinātu, nepieciešams sevi iepazīt. Sevis iepazīšana ir iekšējs attīstības process, kas nodrošina nepārtrauktu virzību. Metaforiska transformācija ar mākslas terapijas tehnikām būs kā radošs ceļojums pie sevis laikā un telpā – piedzīvojums, lai atklātu ceļu uz saviem panākumiem.

Vada **Dita Baumann-Auza** – ginekoloģe-dzemdību speciāliste, sertificēta mākslas terapeite, māksliniece. Profesionālā darbība un 25 gadu pieredze sieviešu slimību ārstēšanā VC “Elite”, “Diplomātiskā Servisa Medicīnas centrā”. Mākslas terapeite un ārsta privātprakse klīnikā “Piramīda” neauglības ārstēšanā. Psihosomatisku traucējumu ārstēšana dažādos vecuma posmos. Zinātniskā pētniecība ar publikācijām, uzstāšanos un profesionālu darbību starptautiskās profesionālās organizācijās kopš 1997. gada. Gleznas izstādītas 17 personālizstādēs Latvijā, izstādē ASV (Ņujorkā), darbi aizceļojuši uz Austriju, Austrāliju un ASV. Izdotas divas prozas grāmatas ar gleznu reprodukcijām. Mājas lapa: www.auzaart.lv

“Spēlējam mītus! Mīts personības un resursu izpētei drāmas terapijā”

Šajā meistarklasē tiks piedāvāta iespēja gūt ieskatu drāmas terapijas darbā pozitīvas pašizjūtas veicināšanai, personības un iekšējo resursu izpētē, izmantojot pasakas un mītus; atmodināt savu radošu enerģiju un piedzīvot spēlēšanās prieku. „Atmodinot iekšējo bērnu mūžam paliekam jauni!” /C. Michaels/

Vada **Anna Šteina** – Mg. sc.sal., sertificēta mākslas terapeite (drāmas terapeite) un sertificēta supervizore. Diplomēta aktrise. Teātra un runas pedagogs. RSU un LKA Kultūras koledžas lektore.

“Dzīvais mežs”

Koks ir sens simbols un arī mūsdienās tas joprojām ir aktuāls. Man pašai koks ir viens no tuvākajiem simboliem, un es to bieži izmantoju terapijā, jo to var daudzveidīgi interpretēt un apspēlēt. Koks ir mūžīgā dzīvība, auglība, attīstība, mūžīgā kustība, mūžīgā saikne, saskarsme ar citiem un nepārtraukta sevis sajušana.

Meistarklasē apjautīsim sevi kā unikālu dzīvību, personību un to, cik vienlaikus esam saistīti ar citām dzīvībām, personībām, dzīvēm. Veidosim katrs savu mežu un kopīgo, sajūtīsim sevi kā daļu no tā. Un, kas zina, varbūt savā mežā satiksim kādu senu savas dzimtas pārstāvi vai atradīsim savu „zelta ābeli”! Izdzīvosim kopā drāmas terapijas sesiju un uzlādēsim sevi jaunam darba cēlienam!

Vada **Līga Rundāne** – Mg. sc.sal., diplomēta mākslas terapeite ar specializāciju drāmas terapijā. Darba pieredze 6 gadi. Rakstu dzeju, gleznoju, reizēm piedalos amatiereteātrī.

“Eju Dzīvot Deju”

Laikmetīgās dejas meistarklase, kas balstīta laikmetīgās dejas *release* tehnikā un rodošās kustību aktivitātēs. meistarklase sastāvēs no 3 daļām: iepazīšanās ar laikmetīgās dejas tehnikas bāzes elementiem, improvizācijas struktūrām un radošās daļas; laikmetīgās dejas pamati – vingrinājumi, kas balstīti ķermeņa novietojuma apzināšanā, improvizācijā, t.i. spēle ar dažādām kustību kvalitātēm, radošajā daļā iespēja apgūto transformēt mākslas darbā. Noslēgumā īsa diskusija.

Vada **Santa Grīnfelde** – sertificēta deju un kustību terapeite, horeogrāfe, dejotāja, laikmetīgās dejas un skatuves kustības pasniedzēja. Šobrīd profesionālā darbība ir saistīta ar laikmetīgās dejas mākslinieku apvienību „Ārā”. Kopš 2014. gada oktobra vada laikmetīgās dejas projektu “Eju Dzīvot Deju”. Pasniedz dejas kompozīciju LKA, skatuves kustību Latvijas Kultūras Koledžā. Strādā, kā deju un kustību terapeite ar pacientiem NRC “Vaivari” un VSIA “Bērnu klīniskā universitātes slimnīca” novietnē Gaiļezērā.

“Ievainojamības trauslais skaistums”

Meistarklasē tiek piedāvāts praktiski iepazīties ar butō tehnikām, kā arī deju un kustību terapijas principiem, fokusējoties uz personiski ievainotās vai ievainojamās daļas izpēti. Iemiesojot to tēlā, ļaujot piedzīvot jūtas, mēs varam sagatavot augsni tās dziedināšanai. Sākotnēji nepieņemamais var kļūt par resursu un skaistuma avotu.

Butō – metafiziska un psihofiziska metamorfoze. Butō - kāpura deja, kļūstot par taureni. Butō - deja un antideja. Butō radies Japānā 20. gs. 50. gadu beigās kā protests pret ASV militāro un ekonomisko invāziju Japānā, atbilde Eiropas un Amerikas modernisma un postmodernisma tendencēm, kā arī atgriešanās pie senajām, pirmatnējām un šamaniskajām šintō saknēm. Butō nozīmē “solis tumsā” - ne vien atsaucoties uz atombumbas izraisīto traģēdiju nācīgas apziņā, bet arī aktualizējot apziņas izmainīto stāvokli, kas rosina saikni ar arhetipiskiem tēliem, radošumu un ikdienā apslēptajiem resursiem.

Meistarklase notiks labvēlīgā un drošā atmosfērā. Iedvesmai tiks izmantota arī mūzika. Lūgums tērpties tā, lai ērti kustēties grīdas līmenī.

Vada **Simona Orinska** – mākslas, kā arī veselības aprūpes maģistre; butō māksliniece; sertificēta deju un kustību terapeite, sertificēta supervizore. Simona ir gan Biznesa, Mākslas un Tehnoloģiju augstskolas (RISEBA) maģistra virziena “Multimediālā skatuves māksla” radošā direktore, gan arī starpdisciplināro mākslu grupas IDEAGNOSIS izveidotāja un mākslinieciskā vadītāja. “Latvijas Deju un kustību terapijas asociācijas”, “Latvijas Supervizoru apvienības” un “Laikmetīgās dejas horeogrāfu asociācijas” biedre. Vairāk info: www.simonaorinska.info; www.dkt.lv

“Dziedāšana un elpošanas vingrinājumi un to terapeitiskie kritēriji mūzikas terapijā”

Meistarklase piedāvā izjust skaņas veidošanos, pielietojot dažādus elpošanas stilus un manieres, tādējādi, gūstot pieredzi jaunām ķermeniskām izjūtām un emociju atklāsmēm.

Mērķis: Iesaistīt dalībniekus aktivitātēs, lai caur savām sajūtām varētu baudīt kā elpas plūsma ar dziedāšanas palīdzību virzās caur dažādām muskuļu grupām, veicinot vieglu iekšēju vibrāciju masāžu, kura procesa gaitā sekmētu psihoemocionālā stāvokļa izmaiņas un labizjūtu.

Uzdevums: Pieredzēt klasiskās dziedāšanas un elpošanas veidus, kurus var izmantot atkarībā no nolūka vai mentālajiem procesiem.

Vada **Inga Bērziņa** – Mg. mus., Mg. sc.sal. diplomēta mākslas terapeite ar specializāciju mūzikas terapijā. Maģistra darba izstrādātā tēma “Dziedāšana un elpošanas vingrinājumi dusmu mazināšanai bronhiālās astmas pacientiem mūzikas terapijā” tika balstīta uz darba pieredzi Latvijas Nacionālajā operas un baleta teātrī kā kora vokālistei ar 23 gadu darba stāžu uz profesionālās skatuves.

“Skaņas un noskaņas”

Meistarklase piedāvā iespēju iepazīt kopīgas muzicēšanas prieku, izmēģināt dažādus iepriekš varbūt nepazīstamus mūzikas instrumentus, kuri veidoti tā, lai jebkura spēlētāja rokās skanētu labi. Meistarklasē, galvenokārt, plānotas aktīvās mūzikas terapijas metodes, kas nozīmē, ka mūziku veidojam paši, bet nedaudz izmēģināsim arī mūzikas klausīšanās un iztēles vingrinājumus.

Vada **Inese Paiča** – sertificēta mūzikas terapeite, sertificēta supervizore. Strādāju Rīgas Psihiatrijas un narkoloģijas centrā un savā privātpraksē ar visdažādākajām klientu/pacientu grupām. Esmu pieaicinātā pasniedzēja RSU, kā arī profesionāla ērģelniece, kura regulāri spēlē arī koncertus Rīgas Domā.

“5 ritmu deja”

Šo „5 ritmu” deju ir izstrādājusi Gabriella Rosa (Gabrielle Roth – www.gabrielleroth.com) no ASV, ietver sevī vienkāršus kustību vingrinājumus, kuri izstrādāti, lai atbrīvotu to dejojāju, kurš dzīvo ikvienā no mums, neskatoties uz cilvēka formu, izmēru, vecumu, ierobežojumiem un pieredzi. Atrast savu deju nozīmē atrast sevi vismainīgākajā un radošākajā tās izpausmē. Lai gan vingrinājums savā būtībā ir vienkāršs, tas spēj veicināt dziļu dziedināšanu, radošu ekspresiju un sniedz terapeitisku efektu. Primārā atziņa par šo darbu ir - ielieciet savu psihi kustībā un tā izdziedinās sevi pati.

„5 ritmi” ir – plūstošs, stakato, haoss, lirisks un miers (klusums). Tie kopā veido Vilni, improvizētu kustību meditācijas vingrinājumu. Tā vietā, lai sekotu noteiktiem soļiem, katram ritmam ir atšķirīgs enerģijas lauks, kurā jūs atrodat savu ekspresiju un horeogrāfiju, tādējādi paplašinot ne vien savu ķermeni, bet arī iztēli. Katrs ritms ir kā skolotājs, caur kuru jūs varat ieraudzīt to citādo un brīžam pat nezināmo sevis daļu, kuru atklāj jūsu deja.

Vada **Indra Majore-Dūšele** – Mg.Psych, Mg.sc.sal., sertificēta deju un kustību terapeite, klīniskā psiholoģe, psihoterapeite, supervizore. Centra “Miervidi” dibinātāja un semināru vadītāja.

Pasākums tapis sadarbībā ar:

