

ZESTAW ĆWICZEŃ DO PRACY TWÓRCZEJ

KREATYWNA

@ARTE

TERAPIA



DOROTA BIELSKA

@dorotabielska.pl

DWA SŁOWA

wstępu

Jestem praktykującą reżyserką, pracuję w teatrze od wielu lat, tworzę spektakle, piszę teksty sceniczne, buduję światy, które potem żyją na scenie. Napisałam też trzy książki i więcej scenariuszy, niż potrafię policzyć :) Uczę ponadto kreatywnego pisanie i wiem jedno: twórczość nie jest talentem, tylko procesem, który można uruchomić u każdego.

Niniejszy e-book to zestaw trzech skutecznych ćwiczeń, których sama używam w pracy z różnymi grupami, z dziećmi, młodzieżą, seniorami, osobami z niepełnosprawnościami, z aktorami i z każdym, kto myśli, że „nie jest kreatywny”.

Ćwiczenia możesz zrobić samodzielnie lub wykorzystać je w pracy arteterapeutycznej, edukacyjnej, rozwojowej. Każde z nich otwiera inną drogę do wyobraźni i pomaga wejść w proces lekko i bez stresu. Ten zeszyt jest po prostu zbiorem narzędzi. Wierzę, że polubisz tę formę pracy z twórczością :)



CO ZNAJDZIESZ W ŚRODKU E-BOOKA?

są to moje autorskie metody
arteterapeutyczne, które opracowałam
samodzielnie i z którymi wielokrotnie
pracowałam z różnorodnymi grupami

- ➔ napisz wiersz
- ➔ napisz książkę
- ➔ kamishibay + campbell

