



<u>Miejsce:</u>	Bielsko-Biała – ul. 11 Listopada 10/9 (nad Roszmanem, piętro 2 domofon nr. 9)
<u>Termin:</u>	Wtorek, 13 grudnia 2016 r., w godzinach: 17:10 – 20:45 17:10 - 17:20 Cafe Matrik – networking, nawiązywanie kontaktów, pogaduchy przy kawie. 17:20 - 17:30 Info Matrik – informacje o bieżących aktywnościach Stowarzyszenia i klubów Trenerów. 17:30 - 20:30 Edu Matrik – warsztat (rozpoczynamy punktualnie). 20:30 - 20:45 – ewaluacja, podsumowanie zakończenie spotkania
<u>Koszt uczestnictwa:</u>	- 30 zł (pokrycie kosztów wynajęcia sali i cateringu), - Członkowie Stowarzyszenia Matrik w ramach składki członkowskiej
<u>Opis i zgłoszenia:</u>	http://competit.pl/w/1615/

Temat warsztatu na spotkaniu:

ArtCoaching

Opis i cele warsztatu:

Klientem procesu artcoachingu jest każdy poszukujący skutecznych narzędzi podnoszących i umacniających umiejętności kształtowania relacji interpersonalnych. Każdy z uczestników warsztatu przechodzi etapy wdrożenia poszczególnych technik aktorskich, ze wskazaniem na obszar ich oddziaływania na rozwój osobisty. Artcoaching ma za zadanie zwiększyć pomysłowość dzięki uwolnionej wyobraźni oraz budować nowej jakości reakcje z innymi na bazie silnie rozwiniętej empatii. Dykcja, emisja głosu, świadomość ciała i gestu stanowią podstawę autoprezentacji na najwyższym poziomie. Techniki rozluźniające mają za zadanie niwelować negatywne skutki stresu i napięć.

Celem warsztatu jest zapoznanie uczestników z technikami aktorskimi i ich znaczenia w kształtowaniu nowej jakości pracy, nowego wymiaru pracownika. Zakładanym efektem tej metody jest weryfikacja nieskutecznych zachowań i dotychczasowych nawyków, wdrażanie nowych postaw działania oraz planowanie ścieżki zawodowej opartej na rozbudzonej kratywności.

Program:

1. Przedstawienie podstawowych technik aktorskich wdrażanych w procesie artcoachingu.
2. Przećwiczenie technik takich jak dykcja, emisja głosu i interpretacja tekstu
3. Przećwiczenie technik improwizacji, techniki psychicznej oraz akcji.
4. Przedstawienie i przećwiczenie technik rozluźniających.
5. Autoprezentacja uczestników warsztatu z zastosowaniem technik aktorskich.
6. Dyskusja i omówienie procesu artcoachingu.

Metody:

- metoda Stanisławskiego
- ćwiczenia uruchamiające aparat mowy
- ćwiczenia oddechowe
- etiudy aktorskie
- wprawki językowe, łamańce językowe
- analiza i interpretacja tekstu

Osoba prowadząca:

Joanna Litwin



Joanna Litwin, aktorka teatralna, filmowa i telewizyjna. Absolwentka Zarządzania i Inżynierii Produkcji, specjalność Zarządzanie zasobami ludzkimi i psychologia w biznesie. Instruktor teatralna, reżyser spektakli teatralnych, pomysłodawczyni i pomysłodawczyni i współtwórczyni PUMA - Międzynarodowego Przeglądu Umiejętności Artystycznych Podopiecznych Domów Pomocy Społecznej. Autorka warsztatów artcoachingu dla pracowników DPS-ów, biorących udział w przeglądzie. Joanna to kobieta ambitna, odważna, lubiąca wyzwania. Jej motto : "Poznaj, oswój i przyswój to, co nieznanne".

Zgłoś się: <http://competit.pl/zgloszenie/1615/> i opłać online

Prosimy o potwierdzenie udziału w spotkaniu do 12 grudnia 2016

☺ Zapraszamy serdecznie ☺

Jolanta Kućka-Fabia

Koordynator Podbeskidzkiego Klubu Trenerów Zarządzania MATRIK

Pomyśl, kto jeszcze może być zainteresowany udziałem w tym spotkaniu.

Prześlij tym osobom to zaproszenie ;)

Zapraszamy do śledzenia [naszej strony na FB](#)