

### 3 praktisku semināru cikls

#### “Uz resursiem vērsta mākslas terapijas metodes traumatiskas pieredzes pārvarēšanai”

Resursi ir cilvēka psihoemocionālajai un fiziskajai veselībai pieejamie instrumenti, lai risinātu ne tikai grūtības un izaicinājumus, bet arī sasniegtu harmonijas izjūtu personības attīstības ceļā. Traumatiskas pieredzes pārvarēšanā nozīmīga ir personisko resursu saskatīšana un attīstīšana, traumatiskā notikuma apdomāšana un integrēšana kopīgā dzīves stāstā, kā arī jēgas meklēšana dzīvē uz priekšu, nevis pagātnē.

#### **Semināru cikla programma:**

##### **1. Diena – 18.03.2023, 10:00-14:00**

**Teorētiskā daļa.** Traumas definīcija, veidi, pazīmes, traumas neirobioloģiskais mehānisms, sekas personas dzīvē. Traumas informētas prakses (*trauma-informed practice*) principi terapijā. Ekspresīvās mākslu terapijas pieeja traumas terapijā (māksla, skaņa, kustība, rakstīšana, instalācija, dabas elementi, Malchiodi, 2022).

**Praktiskā daļa.** Traumas ietekme. 2 Metodes, izmantojot vizuālās mākslas metodes, atsevišķas kombinējot ar ekspresīvās mākslu terapijas elementiem.

##### **2. Diena – 01.04.2023, 10:00-14:00**

**Teorētiskā daļa.** Vispārīga traumas terapijas gaita. Resursi un emocionāla stabilizēšana - viens no pirmajiem svarīgākajiem soļiem, strādājot ar traumatisku pieredzi.

Resursi, to veidi. Resursu atklāšana un integrēšana dzīvē – soļi.

**Praktiskā daļa.** 2 Metodes, izmantojot vizuālās mākslas metodes, atsevišķas kombinējot ar ekspresīvās mākslu terapijas elementiem.

##### **3. Diena – 22.04.2023, 10:00-14:00**

**Teorētiskā daļa.** Resursu atklāšana un integrēšana dzīvē.

**Praktiskā daļa.** 2 Metodes, izmantojot vizuālās mākslas metodes, atsevišķas kombinējot ar ekspresīvās mākslu terapijas elementiem.

Kopā 720 min – 16 akadēmiskās stundas.

#### **Semināru vada:**

**Edīte Krevica**, Mg. sc.sal. sertificēta mākslas terapeite, apmācītājs mākslas terapeite, sertificēta supervizore. Strādā ar traumatisku pieredzi, depresiju, ēšanas traucējumiem, trauksmi, neirotiskiem traucējumiem, zaudējumiem, personības izaugsmes jautājumiem. Papildus izglītība Junga analītiskā psiholoģija (Ievadkurss, Lietuva). Kopš 2019.gada tālākizglītība un specializācija - traumas terapija, kompleksa trauma, zaudējumi, krīzes konsultēšana, psihosomatika, personības attīstības tēmas - izaicinājumi, lēmumi, iekšēji konflikti, separācija, resursi, krīze un izaugsme.