

## **Spis treści:**

Wprowadzenie

### **Rozdział 1. Arteterapie. Język wizualny w terapiach, twórczości i sztuce**

### **Rozdział 2. Scenariusze ćwiczeń i warsztatów**

#### **1. Oglądanie (wzrok)**

##### **1.1. Dłonie**

##### **1.2. Uwaga. Doceniaj małe rzeczy**

##### **1.3. Rama. Obrazy w ramach i poza ramami**

#### **2. Dotyk**

##### **2.1. Dotknięcia. Historia naturą pisana – frottage**

##### **2.2. Sztuka milczenia**

##### **2.3. Przydasie**

#### **3. Węch i smak**

##### **3.1. Owoce**

##### **3.2. Pachnąca i smaczna**

##### **3.3. Kwiaty**

#### **4. Rysunek**

##### **4.1. Rysowanie powietrzem**

##### **4.2. Koncentracja uwagi**

##### **4.3. Spotkanie z cieniem**

#### **5. Malarstwo**

##### **5.1. Pogoda ducha. Malowanie dziesięcioma palcami**

##### **5.2. Istota postrzegania. Zrozumieć Beuysa – zrozumieć siebie**

##### **5.3. Chmury**

#### **6. Rzeźba**

##### **6.1. Buty**

##### **6.2. Patyki, patyczki**

##### **6.3. Jesteś jak...? Jak zwierzę? A może jak ptak? Ryba? Gad?**

#### **7. Collage (kolaż)**

##### **7.1. Trzy portrety głowy**

##### **7.2. Gazetowy portret**

##### **7.3. Emocje**

#### **8. Mandala**

##### **8.1. Mandala. Moje ja**

##### **8.2. Warzywa (na talerzu podane)**

##### **8.3. Mandala analityczna**

#### **9. Książka artystyczna**

##### **9.1. Pop-up book. Książka z ilustracjami 3D**

##### **9.2. Origami book**

##### **9.3. Historia w pudełku zamknięta**

#### **10. Land art**

##### **10.1. Ziemią malowane**

10.2. Liście

10.3. NieZWYKŁY obraz

11. Upcykling

11.1. Plastik fantastik

11.2. Tape art

11.3. Zwykły obraz. Byle co. To jest to

12. Performance (performace art)

12.1. Jabłko

12.2. Marchew, marchewka

12.3. Ze sznurkiem

13. Działania interaktywne (sztuka interaktywna)

13.1. Prawda czy fałsz. W lustrze –  $\frac{1}{2}$  +  $\frac{1}{2}$

13.2. Nasze portrety

13.3. Ja, Ty, my. Tu i teraz

13.4. Z głową