

## Konverents „Loovteraapia rajad vaimse tervise võrgustikus“

### TÖÖTUBADE TEESID

#### „Kunstipõhised hindamismeetodid kunstiteraapias“.

**Läbiviija:** *Marika Ratnik*

**Eesmärk:** Töötoas osalejad saavad ülevaate ja omakogemuse kunstiterapeutide poolt enamkasutatavatest kunstipõhistest hindamismeetoditest.

**Sisu lühikirjeldus:** Töötuba algab aruteluga selle üle, kuidas mõtestada hindamist kunstiteraapias ja osalejad saavad jagada personaalseid kogemusi erinevate hindamismeetodite ja viiside kasutamisest. Lisaks tutvustatakse kunstipõhiseid meetodeid, mille meie kultuuriruumi kohandamisega on alustatud ning osalejatel on võimalik need ka ise töötoas läbi teha.

**Võimalikud väljundid loovteraapia praktikasse:** Töötoas osaleja oskab iseenda jaoks mõtestada hindamise olemuse ja erinevate hindamisviiside ja meetodite võimalused ning piirangud; omab ülevaadet milliseid meetodeid on kohandamisel meie kultuuriruum ning millise sihtgrupiga neid on teistes kultuurides kasutatud.

Töötoas on võimalik tutvuda järgmiste hindamismeetoditega: Formaalsete Elementide Kunstiteraapia Skaala (Gantt ja Tabone 1998); Diagnostiliste Joonistuste Seeria (Cohen ja Mills 1998); Silla joonistamise hindamisjuhend (Martin ja Betts 2012); Näo stiimulite hindamine (Betts 2016); Perejoonistus (Fury 1996), Joonista lugu (Silver, 2007)

Terapeudi intuitsioonile põhinevate hindamismeetoditega, mille autoriteks on Kramer (*Kramer Art Assessment*) ja Ulman (*Ulman Personality Assessment*).

#### **Läbiviija bio:**

*Marika Ratnik:* MSc (kunstiteraapiad), pere- ja kunstiterapeut, superviisor, TLÜ kunstiteraapiate üksuse visuaalkunstiteraapia lektor. Marika on töötanud pere-ja kunstiterapeudina valdavalt laste, noorukite ja peredega. Loovterapeudi (spetsialiseerumisega visuaalkunstiteraapiale) kutsetunnistust omab alates 2016 aastat. Eesti Loovteraapiate Ühingu ja Pereteraapia Ühingu liige. Lektorina töötamine visuaalkunstiteraapia suunal ja magistrantide uurimistööde juhendamine annab Marikale hea võimaluse hindamismeetoditest huvitatud tudengitega koostöös tegeleda nende Eesti kultuuriruumi kohandamisega.

#### „Kunstiteraapiline töö vähipatsientide kehakuvandiga“.

**Läbiviijad:** *Kati Usin ja Eve Usin*

**Eesmärk:** Vähipatsientide positiivse kehakuvandi toetamine läbi visuaalkunstiteraapilise grupitöö.

**Sisu lühikirjeldus:** Töötoas antakse lühiülevaade vähipatsientide sihtgrupiga töötamisest, millele järgneb praktiline harjutus kehaga seotud negatiivsete mõtete ümberpööramiseks ja sõnastamiseks. Grupikunstiteraapias osalenud vähipatsientide tagasiside põhjal oli grupis osalemisel neile sotsiaalne mõju (võimalus kohtuda ja rääkida inimestega, kellel on sarnased kogemused, leida mõistmist), tulevikuga seotud mõju (inimeste tulevikuperspektiiv muutus positiivsemaks) ja inimeste endiga toimusid erinevad muutused (grupp on olnud õpetlik, mõjutanud inimesi positiivselt jms) (Usin, 2017).

**Võimalikud väljundid loovteraapia praktikasse:** Kunstiteraapia kasutamine krooniliste haigustega patsientide tugigruppides.

#### **Läbiviijate biod:**

*Eve Usin:* MSc (kunstiteraapiad), Tallinna Õpetajate Seminar, sotsiaaltöö eriala, läbinud mitmeid erinevaid psühhoterapiaalaseid lisakoolitusi, mh paarisuhteteraapia ja kehapsühhoterapia. Viimastel aastatel on Eve töötanud Töötukassa klientidega, juhtinud vähipatsientide tugigrupi tööd, praktiseerinud kunstiteraapiat ka hooldekodu vanurite ning palliatiivravi patsientidega.

*Kati Usin:* MSc (kunstiteraapiad). Töötanud erinevate sihtgruppidega lastest täiskasvanuteni. Magistritöö raames keskendus vähipatsientide positiivse kehapildi toetamisele. Hetkel täiendab ennast MediYoga ehk meditsiinilise jooga instruktori koolitusel.

## **„Head puhkust. Ja ärkamist. Ehk loodushelitaustad nii esimeseks kui teiseks“.**

**Läbiviija:** *Ivar Vinkel*

**Eesmärk:** Töötoa eesmärgiks on anda osalejatele praktilisi kogemusi ja teoreetilisi lähtepunkte loodushelide kasutamiseks psühhofüüsilises regulatsioonis lõdvestamise ja ergastamise vaatenurgast.

**Sisu lühikirjeldus:** Võrreldes inimühiskondlike helidega peetakse loodushelid üldiselt meeldivateks (Guillén ja López-Barrio, 2004). Neid on muuhulgas võimalik kasutada personaalsel tasandil lõdvestamiseks (Golletz, 1997; Ratcliffe, Gatersleben ja Sowden, 2012), ergastamiseks (Gomez ja Danuser, 2004) ja mälestuste esilekutsumiseks. Kõnealusel töötoas saab kogeda kaht umbes 21 minutilist loodushelitaustade kokkumiksitud salvestist ning hinnata oma enesetunde muutumist visuaal-analoog skaalade abil. Samuti antakse lühiülevaade heli füüsiliste omaduste universaalidest.

**Läbiviija bio:**

*Ivar Vinkel*, MA (psühholoogia), vibroakustika spetsialist, looduslike helimaastike salvestaja ja kasutaja. Erihuvid: heli toime psüühikale ja füüsilisele.

e-post: [ivar@vinkelheli.com](mailto:ivar@vinkelheli.com); tel: 53891538; [www.vinkelheli.com](http://www.vinkelheli.com)

## **„Areen on avatud“.**

**Läbiviija:** *Heli Preismann*

**Eesmärk:** Tutvustada draamaterapia meetodeid, tehnikaid ja rakendamise võimalusi.

**Sisu lühikirjeldus:** Areenil on võimalik kohtuda teiste inimestega, endaga, panna ennast proovile ja saada nähtavaks. Iga uus tegevus meelitab meist välja uusi rolle ja sellega kaasnevalt vaatame otsa oma julgusele. Läbi spontaanse, mängulise ja improviseeritud tegevuse loome ühenduse iseendaga, kaasosalejatega ja maailmaga. Oluline koht on liikumisel ja kehatööl, mis mõjutavad teadaolevalt inimese emotsionaalset reageeringut erinevate olukordade ja objektide suhtes. Tekib lisaväärtus, mida ammutame olemasolevast grupist ja tehtavast grupitööst. Töötoa fookus on spontaansusel, kogemuslikkusel, mängulisusel, rollimängudel, mitteverbaalsusel ja koostegemisel.

**Võimalikud väljundid loovteraapia praktikasse:** Töötuba on mõeldud eelkõige neile, kes töötavad lastega, noortega, erivajadustega inimestega või teemad muud klienditööd. Erinevate harjutuste läbitegemise tulemusel on võimalik saada põgus ülevaade draamaterapia tehnikatest ja rakendamise võimalustest. Draamaterapia ei teeni teraapiat, vaid draama protsess sisaldab teraapiat (Jones, 2007).

**Läbiviija bio:**

*Heli Preismann*: MSc (kunstiteraapiad), loovterapeut, draamaterapeut. Eesti Loovteraapiate Ühingu liige. Külalislektor Lääne-Viru Rakenduskõrgkoolis. Täiskasvanute koolitaja/andragoog. Lõpetanud Tallinna Psühhodraama Koolis psühhodraama rakendaja väljaõppe. Heli on eraettevõtja ning rajanud oma stuudio nimega Lauli Loovstuudio, kus on võimalik tegeleda erinevate kunstivaldkonda kuuluvate tegevustega. Koostööpartnerina pakub loovterapeudi teenust Rakvere Haigla rehabilitatsiooni raames.  
lauli.loovstuudio@gmail.com ; www.lauliloovstuudio.ee

## **„Tantsu- ja liikumisteraapia võimalused kõrgeenenud ärevusega patsientide toimetuleku toetamiseks”.**

**Läbiviijad:** *Kaire Bachmann ja Dina Smoljakova*

**Eesmärk:** Töötoa eesmärk on tutvustada tantsu- ja liikumisteraapia (TLT) võimalusi töös kõrgeenenud ärevusega patsientidega (täiskasvanud ja lapsed). Töötoa fookuses on: kehateadlikkuse ja kehataju parandamine; positiivse mina-pildi toetamine; tugevused ja ressursid; TLT võimalused kõrgeenenud ärevusega lastega. Antakse teoreetilist ülevaadet ärevuse sümptomaatikast, ärevushäiretest ning nende komorbiidsusest teiste psühhikahäiretega. Hartmann (2017) kirjutab ärevusest kui kõrgeenenud hirmu- või pingetundest, mis tekitab psühholoogilise või füüsilise distressi. TLT tekitab nagu teisedki loovteraapia vormid unikaalse võimaluse terapeutilise suhte ülesehitamiseks läbi kolmiksuhte printsiibi: terapeut–klient–kunstilooming. See võimaldab suhtlust ka siis, kui verbaalne suhtlus on piiratud, takistatud, mittesoovitud või võimatu; annab võimaluse saada kliinilisele intervjuule lisaks täiendavat informatsiooni, mida kasutatakse ka diagnostilistel eesmärkidel; loob võimaluse jõuda loomingu protsessi kaudu oluliste ressursside ja edasiviivate lahendusteni, mis verbaalses suhtluses ei pruugi esile tulla. (Eesti Loovteraapiate Ühing, 2016).

**Läbiviijate biod:**

*Dina Smoljakova*: MSc (kunstiteraapiad, tantsu-ja liikumisteraapia suund), sotsiaaltöötaja Sotsiaaltöö valdkonnas on Diana töötanud üle 10 aastat, neist viimased 5 aastat sotsiaaltöötajana PERH-i Psühhiaatriakliinikus, VI osakonnas. Praegu töötab Nõustamiskeskuses Papaver, keskendudes peamiselt lastele ja nende peredele, ühendades sotsiaaltöötaja ja loovterapeudi ameteid. Vabal ajal tegeleb ta Capoeiraga (Brasiilia võitluskunst), mida õpetab ka lastele.

*Kaire Bachmann*: MSc (kunstiteraapiad, tantsu-ja liikumisteraapia suund). Põhitöökohaks on Kairel rehabilitatsioonikeskus MTÜ Papaver, mille põhilisteks sihtgruppideks on erivajadustega lapsed. Lisaks on ta viinud koolides läbi draamatunde klasside koostööoskuse, sotsiaalsete oskuste ja grupisidususe toetamiseks. Ta on ka suhtlemistreener-koolitaja ja superviisor-coachi väljaõppega.

## **“Loovteraapia erinevate psüühikahäiretega laste ja noortega haigla kontekstis”.**

**Läbiviijad:** *Teele Hallmägi, Liisi Kõuhkna*

**Eesmärk:** Töötoa eesmärk on anda ülevaade tänapäeva lastest ja noortest, kes seisavad silmitsi erinevate meeleolumuutuste, söömishäirete, ärevuse, hirmu(de), suhtlemisraskuste, kui ka arenguhäirete ja käitumisprobleemidega, mis mõjutavad paratamatult suhteid pere ja lähedastega ning toimetulekut kooli keskkonnas.

**Sisu lühikirjeldus:** Oskused ja võimalused pakkuda kliendile haigla kontekstis talle võimalikult sobitvalt ning kvaliteetset abi on oluline. Kunstiterapeut on haigla kontekstis osa ravimeeskonnast. Lisaks patsiendile/kliendile saavad abi ka tema pereliikmed, hooldajad ja

lähedal seisvad isikud. Töötoas jagatakse enim ette tulevaid muresid laste/noorte puhul, kes kiiresti muutuva maailmaga püüavad sammu pidada ning ühel või teisel põhjusel satuvad abi saamiseks Põhja-Eesti Regionaalhaigla psühhiaatrikliinikusse ja Laste Vaimse Terise Keskusesse. Viiakse läbi praktilisi harjutusi, mida saab rakendada töös antud sihtrühmaga.

**Võimalikud väljundid loovteraapia praktikasse:** Töötoast saab ülevaate kunstiteraapia praktiseerimisest kahes erinevas asutuses, kes teenindab lapsi ja noori üle Eesti. Võimalikeks väljunditeks loovteraapia praktikasse pakub töötuba erinevate tehnikate kaasamist ning huvitavate materjalide rakendamist töös laste ja noortega psühhiaatriaahaiga kontekstis.

### **Läbiviijate biod:**

*Teele Hallmägi:* MSc (kunstiteraapiad, visuaalkunstiteraapia suund). Teele on saanud rahvusvahelise kunstiteraapia õppe kogemuse SAMKis (Satakunta University of Applied Sciences). Töötab PERHi psühhiaatrikliinikus loovterapeudina kliinilises kontekstis laste, noorte ja täiskasvanutega. Eesti Loovteraapiate Ühingu liige.

*Liisi Kõuhkna:* MSc (kunstiteraapiad, visuaalkunstiteraapia suund). Liisi on saanud rahvusvahelise kunstiteraapia õppe kogemuse SAMKis (Satakunta University of Applied Sciences). Omab kunstiteraapia praktika kogemusi eakate, täiskasvanute, noorukite, lastega ja beebidega. Töötab Laste Vaimse Tervise Keskuses kolmes osakonnas noortega vanuses 2-18. Lisaks tegeleb ka lastevanematega, peredega. Eesti Loovteraapiate Ühingu liige.

## **„Vestlus Sisemise Kriitikuga“**

### **Läbiviija: Merle Hillep**

**Eesmärk:** Töötoas püüame leida kontakti oma Sisemise Kriitikuga. Anname talle võimaluse rääkida ja püüame leida tema tegutsemise motiivid.

**Sisu lühikirjeldus:** Kõigis meis on sisemine hääl, Sisemine Kriitik, mis meid kritiseerib, hurjutab, sest tema teab ju kõike. Mõned meist on temaga leplikud, samas ei lase see meil sageli kasvada, vaid põhjustab väärtusetuse tunnet, piirab meie pealehakkamist ja loovat eneseväljendust. Olles saanud teadlikuks oma Sisemisest Kriitikust, võib-olla isegi veidi mõistnud, püüame ta muuta oma liitlaseks, meid hoolivaks ja toetavaks.

### **Läbiviija bio:**

*Merle Hillep:* MA, loovterapeut-muusikaterapeut, psühholoog ja teadveloleku tehnikate praktiseerija. Lõpetanud Eesti Muusikaakadeemia, täiendanud end Sibeliuse Akadeemias, kaitsnud magistrikraadi psühholoogia erialal Tartu Ülikoolis, õppinud muusikateraapiat Eesti Teatri- ja Muusikaakadeemia Täienduskoolituskeskuses, omandamas teadmisi budistliku psühholoogia valdkonnas. Merle töötab Tallinna Lastehaigla Psühhiaatrikliinikus psühholoog-muusikaterapeudina ja erapraksises.

## **„Minu ruum“.**

### **Läbiviijad: Mari Lipp ja Triin Siiner**

**Eesmärk:** Töötuba annab võimaluse kogeda lühifilmide mõju soojendusprotsessis ja mõista protsessi, kuidas siduda filmiteraapiat tegevuslike meetoditega. Filmivaatamine on osa rituaalselt ruumist, milles kohalolek toimub nii passiivse vaatajana kui ka tegutsejana, kes laiendab ja täiendab ruumipiire. Töötuba annab võimaluse kogeda: grupikeskset lähenemist oma loo uurimisel ja luguteatri meetodit.

**Sisu lühikirjeldus:** Töötoas kasutatakse luguteatrile omaseid soojendusharjutusi ja lühifilmide vaatamist, millele järgneb töö osalejate enda lugudega luguteatri meetodil. Osalejatel on võimalus nii oma loo rääkimiseks, kui luguteatri näitlejana laval olemiseks.

Luguteater (ing k Playback) on improvisatsiooniline teater, mille lõi J.Fox NY-s 1970aastatel. Etendus on protsess, kus näitlejad ja muusik loovad etenduse, mis põhineb jutustaja autentsel lool. Laval on näitlejad, muusik ja lavastaja. Lavastaja on jutuvestja ja näitlejate vahendaja. Lugu mängitatakse tagasi esteetilises vormis nii, et oleks toetatud publik ja loo rääkija. Publik näeb oma jutustatud lugu peegeldatuna näitlejate poolt ja tulemuseks võib olla uue perspektiivi ja uute aspektide tajumine. Näitlejad loovad ise koha peal endale rolli ja ei pea kinni pidama ei tekstist ega stsenaariumist.

**Võimalikud väljundid loovteraapia praktikasse:** Valmis kunstiteose kasutamine loovteraapias. Kuidas pärast kunstiteose (valmis foto, film, maal vms) kogemist jõuda kogeja isiklike lugudeni ja kuidas nendega edasi minna. Luguteatri elementide kasutamine loovteraapias.

### **Läbiviijate biod:**

*Triin Siiner:* Õppinud andragoogikat ja psühhodraamat. Tegutsenud koolitaja, grupijuhi, luguteatri näitleja ja lavastajana. Psühhodramaatikuna usub Triin, et loovus ei ole eriline anne, vaid viis elada, kasutada oma jõuvarusid, väljendada ennast, olles ühenduses oma ümbrusega. Meie loovuse allikas on kohtumine - iseendaga ja teistega.

*Mari Lipp:* MSc (kunstiteraapiad), Eesti Loovteraapiate Ühingu juures registreeritud kunstiterapeut. Mari tugineb oma kunstiterapeuti töös kolmele alusele: visuaalkunst, lahenduskeskne lähenemine ja luguteater. Teda köidavad väga maalimine, fotod ja film, samuti inimeste lood, nende jõukohad ja unistused. Mari usub ja teab, et oma loo rääkimine ja selle nähtavaks tegemine on tervendava mõjuga. Terapeuti toetaval saatmisel saab seeläbi oma lugu sügavamalt uurida ja jõuda soovitud eesmärkideni.

## **„Liikudes grupi koostöö suunas: minu ja meie ressursid tantsu- liikumisteraapias“**

**Töötoa läbiviijad:** *Terje Kaldur, Mari Mägi*

**Eesmärk:** Töötoa eesmärk on tutvustada praktilise kogemuse kaudu tantsu- ja liikumisteraapia võimalusi grupi koostöö arendamiseks, toetudes individuaalsetele ja grupiressurssidele.

**Sisu lühikirjeldus:** Töötoas uurime võimalusi teadvustada ja aktiveerida keha- ja liikmispõhiste meetodite ja tehnikate abil nii individuaalseid kui grupi ressursse ning nende rakendamist grupi koostöö poole liikumise protsessis. Olulisteks märksõnadeks on häälestatatus (*attunement*), sünkroonsus ning motoorne koostöö. Töötoas saab katsetada ka tantsu- ja liikumisteraapias kasutatavaid vahendeid (nt kangad, pallid), mis võivad olla abiks grupi koostöö arendamisel. Osalejate huvist lähtuvalt toome näiteid ja arutleme võimaluste üle töötoas katsetatud erinevate sihtgruppidega rakendada.

**Võimalikud väljundid loovteraapia praktikasse:** Töötuba pakub võimaluse täiendada praktilise kogemuse kaudu „tööriistakasti“-töötoas läbi tehtud keha- ja liikmispõhiseid metodeid ja tehnikaid on võimalik kasutada töös erinevate gruppidega ressurside teadvustamise ja aktiveerimise ning grupi koostöö arendamiseks.

### **Läbiviijate biod:**

*Terje Kaldur:* Msc (kunstiteraapiad) on Tallinna Ülikooli loodus- ja terviseteaduste instituudi lektor, Tallinna Euroopa Kooli psühholoog, ELTÜ juhatusse liige ning loovterapeut Nõmme Tervisekliinikus. [terjekaldur@gmail.com](mailto:terjekaldur@gmail.com)

*Mari Mägi:* Msc (kunstiteraapiad, tantsu- ja liikumisteraapia suund) on tantsija/performer/ tantsu- ja liikumisteraapia õppejõud, keda huvitab keha ja meele vastasmõju ning selle koosluse tajuvõimalused ning väljendusviisid. Somaatilise liikumise teadmisi võtavad kokku Somatic Movement Educator, Body-Mind Centering Practitioner® ja Body-Mind Centering® Teacher

spetsialiseerumise diplomid. Õpetanud kehalist eneseteadlikkust Eestis, Saksamaal, Inglismaal, Brasiilias, Lätis ja Poolas. mari\_maggi@hotmail.com

## **„Vanem-laps paariskunstiteraapia beebide ja väikelastega: puudutusel põhinevad koostööharjutused“.**

**Läbiviija: Mai Sein-Garcia**

**Eesmärk:**Töötoa eesmärgiks on pakkuda puudutusele ja lugude loomisele põhinevaid multisensoorseid tegevusi beebide ja väikelaste vanem-laps teraapiasse.

**Sisu lühikirjeldus:** Lamb (2012) analüüsis viimase 50 aasta uurimusi lastekasvatusest ja leidis, et kõige olulisemateks teguriteks laste heaks arenguks ja kohastumuseks on 1.) lapse suhe oma vanema või vanemafiguuriga, 2.) lapse vanemate omavahelised suhted ning 3.) sotsiaalsete, majanduslike ja füüsiliste ressursside olemasolu lapsekasvatuseks. Eelkõige on lapse varajases arengustaadiumis oluline vanema adekvaatne vastamine lapse vajadustele. Probleemid lapse arengus võivad olla seotud puuduliku või olematu kommunikatsiooniga vanema ja lapse vahel, mis võib viia kiindumushäirete tekkimiseni (Rygaard, 2016). Vanem-laps paariskunstiteraapia pakub võimalust vanemal oma lapsega läbi loovtegevuste kontakti saada. Tegevused lähtuvad lapse arengust, kuid püüavad järgida nii lapse kui ka vanema vajadusi. Töötoas keskendutakse puudutusele ja lugude loomisele põhinevatele multisensoorsetele paaristegevustele (nt „langevad värvid“, „augud ja sõrmed“), mille tulemusena valmib igal osalejal raamat. Tegevusi analüüsitakse neurojärjestikuse kunstiteraapia mudeli abil (Malchiodi, 2012; Perry, 2006; Lusebrink, 2010).

**Võimalikud väljundid loovteraapia praktikasse:** Töötoas saab kogeda praktilisi harjutusi, mida kasutada erinevate sihtruppidega, kui teraapia eesmärgiks on kontakti loomine ja hoidmine, sotsiaalsete oskuste arendamine või sensoorne stimulatsioon. Harjutusi saab kasutada töös beebide ja väikelastega (koos vanemaga või paaristöös lapsed omavahel), ka kiindumushäirete lastega, kellel on vajaka jäänud varajasest kehalisest/ emotsionaalsest kontaktist ja ka näiteks vähem arenenud peenmotoorikaga klientidega ning klientidega, kellel on vaja kogemust mitteverbaalsest suhtlemisest.

**Läbiviija bio:**

*Mai Sein-Garcia:* MSc (kunstiteraapiad), MA. Mai on töötanud beebide, väikelastega ja nende vanematega 15 aastat nii Eestis kui ka Hispaanias, visuaalkunstiteraapia õppejõuna Tallinna Ülikoolis ning andnud loenguid nii Eestis kui ka väljaspool Eestit. Tema doktoritöö teema on loovtegevuste erinevatest aspektidest beebide ja väikelastega. Hetkel töötab ta kunstiterapeudina koolis (lapsed vanuses 7-16 a) ja Kalamaja Kunstiteraapia Keskuses (lapsed vanuses (0-6a).

## **„Kunstiteraapia läbi kunstiajaloo „Grupp kultuuris ja kultuur grupis““.**

**Läbiviija: Anneli Kaldoja**

**Eesmärk:** Praktilise töötoa eesmärgiks on visuaalkunsti tehnikate ja grupianalüüsi ühendamine läbi kultuuriloo.

**Sisu lühikirjeldus:** Kui me räägime grupi kultuurist, siis räägime sellest, kuidas iga liige grupis käitub. Kui me räägime kultuurist üldse, siis räägime kas vanaaja kultuurist või keskaja kultuurist või hoopis uusaja kultuurist. Oma töös kasutan kunstiteraapia tehnikaid ja grupianalüüsi meetodeid.

**Võimalikud väljundid loovteraapia praktikasse:** Töötuba on mõeldud neile, kes tahavad ennast ja teisi paremini tundma õppida ning uurida olulisi probleeme grupis.

**Läbiviija bio:**

*Anneli Kaldoja:* Mac (kunstiõpetaja), kunstiterapeut, grupianalüütik, psühhoterapeut. Anneli töötab Tallinna Tehnikakõrgkoolis lektorina, üliõpilaste psühholoogilise nõustajana “Abistav käsi”. Eesti Loovteraapiate Ühingu liige, EGAS juhatuse liige, EPTA liige. On läbinud psühholoogilise nõustaja (PPE) baaskoolituse, grupi psühhoterapeudi ja grupianalüütiku koolituse (Vilniuse Ülikool).

**„Helivõlu“****Läbiviija: *Maria Kohv***

**Sisu lühikirjeldus:** Kohtumisel keskendutakse ennekõike pillidega improviseerimisele, rõhk on oma sisemaailma uurimisel, mitte niivõrd valmis ja lõpuni viimistletud tulemuseni jõudmisel. Varasem pillimänguoskus ei ole vajalik. Peamised teemad: pillimäng, eneseareng, eneseregulatsioon ja edukogemused.

**Läbiviija bio:**

*Maria Kohv:* Õpib TLÜ kunstiteraapiate üksuses, magistriõppes, muusikateraapia suunal. Maria on praktikal käinud Kristiine Päevakeskuses, Kristiine lasteaias, Tallinna Tugikeskuses Juks, Tallinna Laste Turvakeskuses ja PERHi Psühhiaatriakliinikus. Maria on lõpetanud Arsise Kellade Kooli, tegelenud kitarriõpingutega Saku Muusikakoolis seitse aastat, käinud kolm aastat Tantsu- ja laulukoolis WAF. Maria hobideks on aiandus ja filmindus.