



## Arteterapia

### Opis

Dnia 19 lutego odbyła się Arteterapia w naszym liceum – twórcza podróż w głąb siebie

Praca z gliną, tworzenie do muzyki, mindfulness, mandale. Pod tymi hasłami minął pierwszy dzień warsztatów arteterapeutycznych w naszej szkole. Był to czas zatrzymania, refleksji i wyrażania emocji poprzez sztukę. Podczas warsztatów młodzież odkrywała, jak kolory, symbole i obrazy mogą stać się językiem uczuć – tych łatwych i tych trudniejszych. Atmosfera otwartości i wzajemnego szacunku pozwoliła uczestnikom swobodnie wyrazić siebie, a efekty ich pracy pokazały, jak ogromny potencjał twórczy drzemie w młodych ludziach

Arteterapia to nie tylko sztuka – to budowanie samoświadomości, wzmocnienie poczucia własnej wartości i rozwijanie umiejętności radzenia sobie z emocjami. Dziękujemy uczniom za zaangażowanie i odwagę w dzieleniu się swoim światem. To było piękne i wartościowe spotkanie. Do zobaczenia już jutro!

Warsztaty poprowadziły:

Paulina Szczepańska – psycholog;

Ewelina Panek-Łączyńska – pedagog.

### Kategoria

1. 2025/2026

### Data utworzenia

luty 2026