

**PSYCHOLOGICZNY UNIwersYTET TRZECIEGO WIEKU**

**TRENING TWÓRCZEGO MYŚLENIA**

**Cena:** 100 zł.

**Terminy:**

Październik: 12 (sala 002), 19 (sala 101), 26 (sala 002)

Listopad: 9 (sala 002), 16 (sala 101), 23 (sala 101),

30 (sala 002)

Grudzień: 7 (sala 001), 14 (sala 001), 21 (sala 101)

Styczeń: 11 (sala 001), 18 (sala 001)

**Dzień: środa**

**Godziny: 12:00 – 13:30**

**Kontakt:**

**Psychologiczny Uniwersytet Trzeciego Wieku**

**Kierownik Projektu**

**JOANNA WALCZAK**

SWPS Uniwersytet Humanistycznospołeczny  
Wydział Zamiejscowy z siedzibą w Sopocie,  
81-745 Sopot, ul. Polna 16/20, pokój 102  
(I piętro)

Telefon: 694441739, 58 721 46 66

e-mail: [jwalczak@swps.edu.pl](mailto:jwalczak@swps.edu.pl)

**Osoba prowadząca: Edyta Bonk** – psycholog, nauczyciel akademicki SWPS, certyfikowany Terapeuta Tańcem (PSCH w Poznaniu przy Polskiej Teatrze Tańca), instruktor improwizacji tanecznej i symboliki ciała, od 2002 roku prowadzi zajęcia terapii tańcem dla różnych grup: kobiet (Progressteron), seniorów (UTW), młodzieży (studencie, Monar), dzieci (domy dziecka, szkoły, przedszkola), kursy instruktorskie dla nauczycieli i animatorów (Klanza).



**O szkoleniu:**

Trening twórczego myślenia to zajęcia łączące gimnastykę umysłu z twórczością. Poprzez kreatywne ćwiczenia, zabawę i gry będziemy rozwijać swój potencjał umysłowy, ćwiczyć pamięć ale przede wszystkim rozwijać myślenie wielokierunkowe, schematyczne, które pomoże wzbogacić szarą codzienność.

**Program szkolenia:**

1. Podstawy twórczego myślenia.
2. Zalety twórczego myślenia.
3. Historia twórczego myślenia.
4. Mity twórczego myślenia.
5. Etapy twórczego myślenia.
6. Poziomy twórczego myślenia.
7. Rodzaje twórczego myślenia.
8. Rodzaje twórczego myślenia.cd.
9. Czynniki twórczego myślenia.
10. Czynniki twórczego myślenia.cd.
11. Zasady twórczego myślenia.
12. Zasady twórczego myślenia.cd.

**Korzyści dla osób uczestniczących:**

Regularne trenowanie umysłu i rozwój kreatywnego myślenia. Celem zajęć jest utrzymanie procesów poznawczych na optymalnym poziomie, a nawet wzrost szczególnie twórczego spojrzenia na świat i rozwiązywania problemów. Zajęcia odbywają się w przyjaznej zabawowej atmosferze.