

Seminarbausteine

Katalog:

Pfad: F:\Zip6 S-Z\Seminarbausteine\Kunsttherapie\Wie nehme ich mich wahr.doc



Übung: Portrait: Wie nehme ich mich wahr?

Seite 1 von 1

Charakteristik	Kunsttherapie	Partnerübung
Ziel	Kennenlernen, Selbsterkenntnis	
TN-Größe	paarweise, je nach Platz	
Material	A3-Blatt (oder ähnliches)/TN Pastellstifte, Filzstifte	Gut macht sich auch eine stabile Pappe = Wertschätzung, kann später aufgestellt werden
Ablauf	<ol style="list-style-type: none"> jeweils den anderen auf Papier im Seitenprofil malen (nur Umriss!) = Fremdsicht den Namen des Gemalten ranschreiben und das Bild dem anderen schenken der Gemalte malt sich selber aus dann schreibt er inner-/außerhalb des Profils: „Wie nehme ich mich selbst wahr?“ (Stichpunkte) Partner tauschen sich aus und lernen sich so näher kennen PL: Reflexion (siehe rechte Spalte) 	Mögliche Reflexionsfragen: Wie fühlte ich mich, als ein anderer mich malte? Wie nahm ich das Fremdbild war? Konnte ich es annehmen? Welche Gestaltungsmöglichkeiten nutze ich? Akzeptierte ich die Grenzen oder ging ich darüber hinaus? Wie ging es mir mit der eigenen Charakterisierung? Gab es Unerwartetes, was ich vom Partner erfuhr? Usw.
 <p>Beispiel</p>		
Zeit	30 min	
Beachten	Es kommt nicht auf Genauigkeit des Profils an. Profil nicht durch anderen gestalten lassen.	

© Katrin Seifert, kimages Training+Beratung

[Wie nehme ich mich wahr]

- 1 -/1



Katrin Seifert Dipl.-Soz.
 Trainerin und Coach, Leiterin
 Trainertreffen Berlin-
 Brandenburg, DVWO QM-
 Beraterin,
 Kommunikationsberaterin, NLP-
 Pract./-Master, Farb-, Stil- und
 Imageberaterin, Visagistin,
 Kunst- und
 Kreativitätstherapeutin (IEK),
 Trainerin für Sensitivitäts- und
 Ausdrucksmalen

Geschäftsanschrift:
kimages Training+Beratung
Katrin Seifert
Fichtestraße 3
14471 Potsdam
 046/214/07967
 FA Potsdam
USt.-IdNr.: DE 189133790

Kontakt:
 ☎ +49 331 9513195
 ☎ +49 331 2015967
 ☎ +49 331 9513196 (PC)
 ☎ +49 172 3850674
eMail: info@kimages.de
www.kimages.de

Kontoinhaber.: Katrin Seifert
 Mittelbrandenburgische
 Sparkasse in Potsdam
 BLZ 16050000
 Konto 1100852804
 BIC WELADED1PMB
 IBAN DE04 1605 0000 1100
 8528 04