



## **Workshop Selbstbildbetrachtung**

**Vorkenntnisse:** keine

**Zeit:** 4,5 h plus Pause

**Kosten:** 95€ inkl. Material

**Min. Teilnehmerzahl:** 4

### **Selbstbildbetrachtung - „Eigentlich bin ich ja ganz anders“**

Die größte Expertin, der größte Experte für sich selbst sind Sie!  
Jeder begleitet sich selbst ein Leben lang. Wir haben viel Erfahrung mit uns, nur nutzen wir dieses Wissen um uns selbst meist nicht aktiv.

Ein bewusster Blick kann daran erinnern, mit wieviel Potential an Freude wir ausgestattet sind. Je klarer Sie sich darüber sind, wie Sie „eigentlich“ sind, desto bestimmter können Sie Ihr Leben so gestalten, dass es zu Ihnen passt. Wenn Sie neugierig auf sich sind und mal wieder ein Update von sich anschauen wollen, dann gibt der Workshop den Raum, die Ruhe und die Impulse dazu.

Das Freilegen der verschiedenen Facetten Ihrer Persönlichkeit wird im Workshop mit kreativ gestalterischen Mitteln geschehen. Alle Schritte werden Sie für sich selbst mit Farbe, Pinsel, Kleber, Papier, Textilien und mehr erforschen. Die Gruppe wird ein Forum zum geleiteten Austausch sein.

Ziel ist es, vergessene oder gar unbekannte Anteile Ihrer Wesensart zu entdecken. Dadurch, dass die Themen kreativ im außen gestaltet werden und eine direkte Ansicht darauf erlauben, haben Sie quasi einen externen Blick auf sich, einen Perspektivwandel.

Dieser Kurs dient der Selbsterfahrung und ersetzt keine Therapie!