



Atelier SCHÖN
Deine bunte Kreativwerkstatt

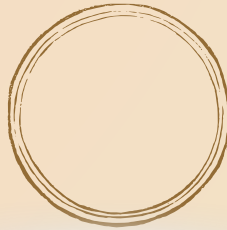
Jasmin Schön
Kreativtrainerin, Illustratorin, Künstlerin
atelier.schoen@gmx.at
www.atelier-schoen.at



Reflection Sheets



Kreis



Schließe deine Augen. Atme mehrmals entspannt durch. Stell dir vor, ein Kreis taucht nun vor dir auf. Welche Worte, Gefühle, Assoziationen, Ideen verbindest du mit dem Kreis? Zeigen sich Erinnerungen? Was verbindest du mit dem Kreis?

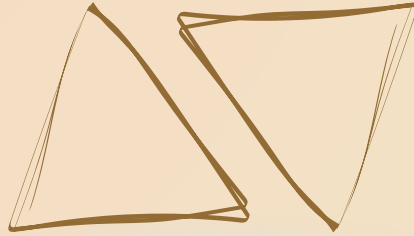
Woran denkst du, wenn du den Satz "Der Kreis des Lebens" hörst? Was bedeutet dieser für dich?

In welchem Lebensbereich suchst du noch nach Vollständigkeit? Was darf noch ganz werden? Wo läuft es "rund"? Oder: Was in deinem Leben läuft (noch) nicht "rund"?

Welches stärkende, kraftvolle Wort oder welcher motivierender Satz fällt dir in Verbindung mit dem Kreis ein? Gibt es ein Krafttier oder eine Farbe welche du mit dem Symbol verbindest?



Dreieck



Schließe deine Augen. Atme mehrmals entspannt durch. Stell dir vor, ein Dreieck taucht nun vor dir auf. In welche Richtung geht die Spitze? Welche Worte, Gefühle, Assoziationen, Ideen verbindest du mit dem Dreieck? Kommen Erinnerungen hoch?

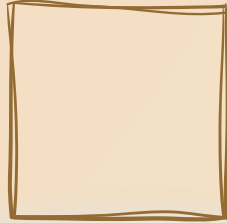
Spielt Harmonie eine Rolle in deinem Leben? Und was hilft dir dabei, in Harmonie zu gelangen?

Gibt es Lebensbereiche, die du verändern möchtest?

Welches stärkende, kraftvolle Wort oder welcher motivierender Satz fällt dir in Verbindung mit dem Dreieck ein? Gibt es ein Krafttier oder eine Farbe welche du mit dem Symbol verbindest?



Quadrat



Schließe deine Augen. Atme mehrmals entspannt durch. Stell dir vor, ein Quadrat taucht nun vor dir auf. Welche Worte, Gefühle, Assoziationen, Ideen verbindest du mit dem Quadrat? Zeigen sich Erinnerungen? Wie fühlst du dich, wenn du im oder außerhalb des Quadrates stehen würdest?

Was verbindest du mit Struktur und Ordnung? Was schenkt dir Halt?

Welche Begrenzungen möchtest du auflösen?

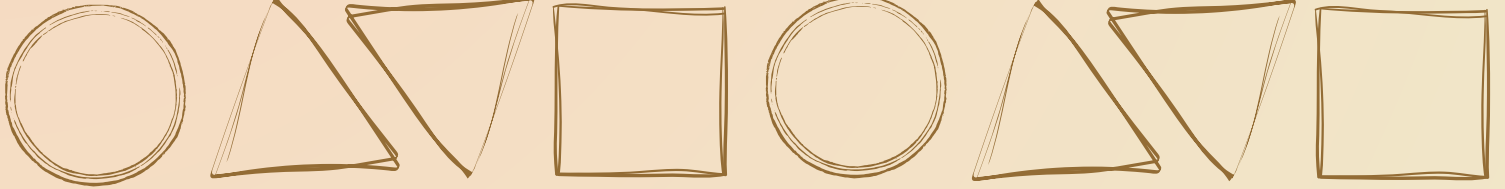
Was beflügelt deinen Geist & deine Gedanken?

Welches stärkende, kraftvolle Wort oder welcher motivierender Satz fällt dir in Verbindung mit dem Quadrat ein? Gibt es ein Krafttier oder eine Farbe welche du mit dem Symbol verbindest?



Übung

JUST
HAVE
FUN



Nimm dir verschiedene Mal- und Zeichenmaterialien. Experimentiere mit den Formen und unterschiedlichen Materialien. Wie fühlt es sich an, die Formen mit Kreide vorzuzeichnen, wie mit Aquarellfarbe, wie mit Buntstiften? Wie fühlt sich eine Kombination der Materialien an? Von welchen Farben fühlst du dich eingeladen? Überlege, welche Formen zu deinen Reflektionen für eine Wimpelkette passen könnten.