



CREATIVE SIXPACK 2022

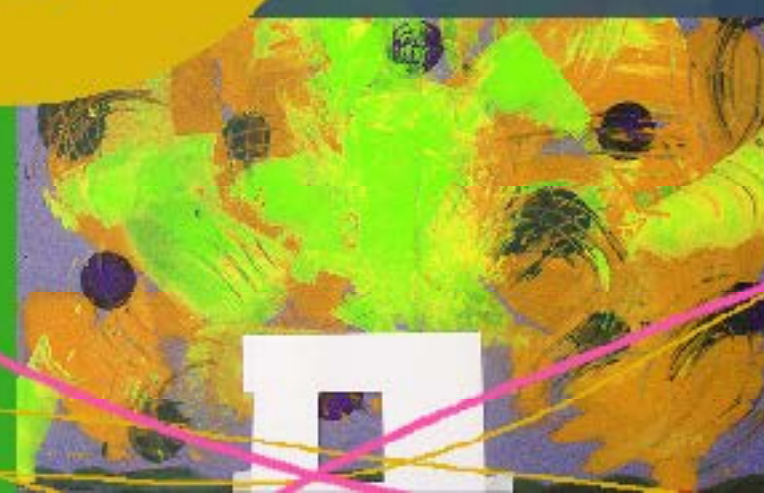
www.beingpresent.de/kreativitaetstraining



KREATIVTRAINING

sich persönlich & beruflich weiter entwickeln

in **5 + 1** Modulen



modul 1

DER KREATIVE PROZESS als Forschungsexpedition

23. / 24. April

- Eintauchen in einen ästhetischen Prozess nach dem Prinzip „less is more“
- Sich selbst im kreativen Prozess beobachten & reflektieren lernen
- Umgang mit Blockaden, Störungen, Impulsen und Fehlern
- Achtsamkeitstraining

modul 2

ORCHESTER DER SINNE Spielexperimente

28. / 29. Mai

- Sinnliches erleben als Submodalität kreativer Prozesse
- Mit diversen Übungen körperliche Sinne erforschen
- Zugang zu eigenen Ressourcen finden
- Ästhetisches Projekt „Objekt der Begierde“

modul 3

KREATIVITÄTSTHEORIEN Rezepte & Methoden

25. / 26. Juni

- Erkenntnisse der Hirnforschung & subjektive Erfahrungsfelder kreuzen sich: Wie funktioniert Kreativität im Gehirn?
Wie ist ein Flow herstellbar?
- Das 4-Phasenmodell des Kreativen Prozesses
Klassische Kreativitätstechniken:
Intuitive Methoden (Methode 635, Osborn-Check, Mind-Mapping etc.)
Systematisch-analytische Methoden (Morphologischer Kasten etc.)
- Der W-Zirkel nach K.-H. Brodbeck

modul 4

KREATIVTECHNIKEN Selber kochen

30. / 31. Juli

- Verfremdungstechniken/ z.B. visuelle Synektik
- Methodentraining und Problemlösestrategien
- Interaktive kreative Präsentationen

modul 5

PROJEKTE entwickeln

20. / 21. August

- Entwicklung eines Mini-Projekts/ wie machen wir es?
- Eigene kreative Kompetenzen/ Signaturstärken ausloten

modul 6

IDEAS-PROJECTS-REALITY!

Termin nach
Vereinbarung

Nach den 5 Modulen kann jede/r im 6. Modul ein kleines individuelles Mini-Projekt bis zur Realisierung weiter entwickeln. Unterstützt wird diese kreative Projektentwicklung durch Einzelcoachings/Supervisionen

Arbeitszeiten:	Samstag 10.00- 13.00 Uhr 14.30 -18.30 Uhr Sonntag 10.00 -14.00 Uhr
Teilnehmeranzahl:	maximal 8 Personen
Kosten*:	1.500 € für 5 Module *in monatlichen Raten von 150 € möglich
Extra-Kosten:	für Modul 6 200 € Coaching und Supervision 70 € / h

Die Anmeldung wird erst verbindlich mit der unterzeichneten Vereinbarung und der überwiesenen Anmeldegebühr von 200 €

SCHNUPPER-WORKSHOPS

sind kleine Abenteuerreisen zu den kreativen Wurzeln in uns. Sie dienen der spielerischen Selbsterforschung, der Auflösung von inneren Blockaden und Gewohnheitsmustern, die immer wieder unsere kreative Seite behindern.

20. / 21. November

Mach's doch mal anders...
Perspektivwechsel mit Gewohntem

26. / 27. Februar

Aus Stroh Gold spinnen
oder wie sich Geschichten weben lassen

Kosten:

190 € pro Teilnehmer*in/ fraplab e.V. Mitglieder 160 €

Bei Teilnahme an zwei Workshops :

360 € / fraplab e.V. Mitglieder 300 €

Infos: www.fraplab.de/angebote

Reisebegleitung & Leitungsteam

Utta Hoffmann - - - - ->
www.beingpresent.de



Kreativitätstrainerin,
psychoanalytische Kunsttherapeutin, system. Creativ Coach



< - - - - - Bettina Wistuba
www.bettinawistuba.de

Kreativitätstrainerin, Entspannungstherapeutin,
Achtsamkeitstrainerin

Anmeldung/ Kontakt / Fragen

mail@beingpresent.de / ++49 170 2976691