

Beispieltexte für Workshop-Beschreibungen

(entnommen aus dem Kongress-Programm 2014)

Beispiel 1:

Bekanntes Anders – Ein Ideenpool für eine kreative Weltaneignung

Kreativität und Erlebnis sind eng miteinander verbunden – das eine bedingt das andere. Es gibt viele einfache, witzige Ideen mit großer Wirkung, wie wir bekanntes neu erleben, aber auch neu beleben können.

Wie wird aus Papierresten ein „Stadtkartenmaterial“? Wie lässt sich Zeit bildnerisch dokumentieren? Wo sehen wir Gesichter aus Straßenlaternen, Bänken oder Bäumen und welche skurrile Geschichte erzählen sie uns? Wie viele alte Kaugummis finden wir auf den Gehwegen - Können wir sie zu einem Leben als Vampire, Monster oder Prinzessinnen erwecken? Wir sammeln Farben, begeben uns auf Spurensicherung, erforschen Lichtmuster und nehmen sie mit!

Der Workshop bietet eine praktisch orientierte Repertoire-Erweiterung, wie wir Lebensräume „anders“ wahrnehmen und auf phantasievolle Weise begegnen können. Dabei wird gezeigt, wie wir neue und unerwartete Seiten des Erlebens suchen und (er)finden können. Daneben wird vorgestellt, wie mit Möglichkeiten der ästhetischen Arbeit Eindrücke oder Ergebnisse aufgegriffen und bearbeitet werden können. Spezielle Vorkenntnisse über Technik und Material sind nicht notwendig.

Der Workshop eignet sich für alle Teilnehmenden, die Spaß am Experimentieren haben. Die Methoden finden sowohl in der Erwachsenenbildung, als auch im direkten Umgang mit Kindern und Jugendlichen ihre Anwendung, egal ob im städtischen oder naturnahen Umfeld. Die Anregungen dienen als kurze oder längere Einstiegssequenzen, können aber auch mit entsprechender Begeisterung zu eigenständigen Aktionen ausgebaut werden.

Leitung: Karin Bergdolt, Künstlerin und Erlebnispädagogin

Beispiel 2:

Achtsamkeit zum Anfassen

Dieser Workshop wird verschiedene Aspekte der ACHTSAMKEIT erforschen:

Wir werden innerhalb der 180 Minuten achtsam mit unserer Zeit, unseren Gefühlen und unseren Haltungen umgehen. Dabei will ich Ihre Neugierde und Freude an der Selbstexploration wecken und uns durch verschiedene Methoden diesem hehren Ziele nähern.

Inhalte der Veranstaltung

- Aufmerksamkeit – Fokussierung – Selbstreflexion
- Grundlagen und Grundgedanken (kurz)
- Einige konkrete Übungen zur Achtsamkeit
- Anpassung von Übungen für verschiedene Zielgruppen und Themen
- Austausch über nützliche und themenbezogene Übungen und Literatur
- Achtsamkeit für mich und die Teilnehmenden meiner Veranstaltungen erzeugen

Ziele der Veranstaltung

- Entschleunigung und Nachdenken
- Selbsterfahrung mehrerer Übungen
- Reflexion und Dialog
- Kurzauswertung

Zielgruppe

Sowohl Neulinge im Bereich der Erlebnispädagogik als auch Profis sind willkommen und eingeladen mit ihrer aktiven Teilnahme diesen Workshop zu einem Erfolg zu machen.

Verwendete Methoden

- Impulsaktion
- Kurzmeditation
- Ausprobieren verschiedener Übungen
- Dialoge und Kleingruppenreflexion
- Gruppendiskussion

Leitung: Bernd Rademächers, Mensch, Trainer und systemischer Berater, irgendwo in Europa