

Intuitives Malen

Durch Intuition kreativ malen

Hohe Erwartungen, die in einem übersteigerten Perfektionismus enden, oder negative Gedankenmuster wie „Das kannst du sowieso nicht!“ sind oftmals die Ursachen, die eigene Lebensenergie zu blockieren. Den Zugang zum intuitiven Handeln zu öffnen ist eine wunderschöne Erfahrung, insbesondere beim Malen. Der Intuition folgen und mit Farben innere Bilder nach Außen darstellen. Diese Möglichkeit bieten wir Ihnen in diesem Workshop an.

Was erwartet Sie?

Wir werden in dem Workshop mit Hilfe von Entspannungstechniken blockierende Gedanken und zu hohe Erwartungen erkennen und abbauen. Ziel ist es, intuitiv zu malen, dabei die eigene Bewertung und die Angst, wie andere Menschen das Bild beurteilen, reduzieren. Damit die eigene Kreativität sich zeigen kann. Wir führen in dem Workshop zwei Entspannungssitzungen (ca. 10 Minuten) und zwei Malübungen durch.

Warum bieten wir diesen Workshop an?

Als Malerin und Psychologin unterstützen wir in langjähriger Berufserfahrung Menschen, die sich persönlich weiter entwickeln. Wir führen in dem Workshop unsere unterschiedlichen Methoden zusammen und unterstützen Sie dabei, einen behutsamen Zugang zu Ihrem intuitiven Wissen zu finden.

Wer kann beim intuitiven Malen?

Alle die Lust haben, durch entspanntes Malen einem neuen Weg auszuprobieren. In dem Workshop geht es nicht darum am Ende ein perfektes Bild zu malen, sondern in Fluss zu kommen.

Workshop

Zeit: **Sonntag 15. November 2015** von **14 Uhr** bis **17 Uhr**

Kosten: **60 €** zuzüglich / **15 €** Materialkosten / Gesamtkosten **75 €**

Ort: **Atelier TRIGON** (Bockenheim)
Ginnheimer Landstraße 21 (im Hof), 60487 Frankfurt am Main

Anmeldung: **Julia Ovrutschski**, Professionelle Malerin und Kunstpädagogin

Telefon: (069) 70 23 73

E-mail: info@malkurse-ffm.de; www.malkurse-ffm.de

Amela Isic Diplom-Psychologin, Kursleiterin für Meditation, Yogalehrerin

Telefon: (069) 73 92 402

E-Mail: isic@arbeitgestalten.de; www.arbeitgestalten.de