



Perspektivenwechsel: neue Zugänge zu schwierigen Situationen durch clowneske Methoden, Humor und Leichtigkeit

19.-20.3.2021, Bildungshaus St.Hippolyt

Constanze Moritz, dipl. Erwachsenenbilderin, Spielpädagogin, Clownin, Coach, www.clownenundstaunen.at

Wir alle kennen herausfordernde Situationen – beim Leiten von Seminaren, im beruflichen oder privaten Alltag – die belastend oder frustrierend sein können. In diesem Seminar stellen wir die Dinge mal auf den Kopf. Wir probieren neue Blickwinkel aus, entdecken den Clown in uns und lassen uns davon inspirieren: im Hier und Jetzt ankommen, spielerisch auf Herausforderungen schauen, auf kreative Weise neue Handlungsspielräume erforschen.

Durch Methoden aus Clownerie und Coaching, Körper- und Achtsamkeitsübungen probieren wir neue Zugänge zu schwierigen Situationen aus und entdecken wieder mehr Humor und Leichtigkeit. Neben den praktischen Übungen nehmen wir uns Zeit für Reflexion und Austausch, sowie Input über Humor und Clownerie, der uns beim Transfer in den (Trainings)Alltag unterstützen kann.