

Resilienz stärken durch N a t u r und Kunst Erleben für den Berufsalltag ***Beversee***

Dieser Bildungsurlaub richtet sich an ArbeitnehmerInnen, die aus gesundheitsfördernden, pädagogischen, therapeutischen, sozialen, medizinischen und beratenden Berufen und aus anderen Berufsgruppen, die die Seminarinhalte für ihre berufliche Tätigkeit benötigen und oder die die Inhalte im beruflichen Kontext weitergeben möchten, sowie für alle, die neue Kreativität in beruflichen Alltag bringen möchten.

„Kreativität“ bezeichnet im allgemeinen Sprachgebrauch vor allem die Eigenschaft eines Menschen, schöpferisch oder gestalterisch tätig zu sein. Eine verbreitete Vorstellung ist, dass Kreativität nur mit Berufen oder Tätigkeiten aus den Bereichen der bildenden Kunst und der darstellenden Kunst verbunden sei.

In dieser Woche wird es einige Möglichkeiten geben, die Natur zu erleben, zu erkunden und sie – inspiriert durch Kunst und eigene Kreativität - auch einmal ganz neu zu erleben.

Die TeilnehmerInnen erfahren, dass die Natur im Hinblick auf die Kunst immer schon Inspiration für die Menschen war – in Landschaftsbildern, der Land-Art oder in der Naturkunst der indigenen Völker. Und sie können selbst kreativ werden in den Tagen - Gestalten, Malen, Fotografie, Musik oder Bewegung. Die naturnahe Umgebung der Akademie bildet den idealen Rahmen für das Thema des Seminars.

Diese Woche ist ein „Vielklang“ aus Bewegung, Natur, Kunst-Erleben, kreativ sein und persönlichkeitsstärkenden und Resilienz fördernden Impulsen.

Termin: 17.- 21. Juni 2024

Leitung: Inge Brauburger, Kreativ-Coach | Kunsthistorikerin | Kunstpädagogin

Künstlerische Fähigkeiten werden nicht vorausgesetzt!

Bitte mitbringen: feste Schuhe, Jacke (für Wanderung/en);

Fotoapparat/ Handy, evtl. Laptop; Kittel

Kosten für Malutensilien: 25.- € (z.B. Leinwand, Farbe, Pinsel etc.)

PROGRAMM

Tag / Zeit	Thema	UE
Montag 17.6.		
15.30-18.30	Eröffnung und Begrüßung der Teilnehmenden, Kennenlernen Einführung in das Thema/ Übersicht über die Woche Persönliche Ziele für das Seminar. Kurzer inhaltlicher Impuls (drinnen und draußen) – Kunst- und Naturthema	4
20.00-ca. 21.30	Kreative Entspannungseinheit. Kreative Umsetzung des Tagesthemas	2
Dienstag 18.6.		
09.30-10.00	Aktivierung am Morgen. Warm-up, Bewegungs- und Wahrnehmungsübungen (draußen/ am See)	2
10.00-12.30	Wissen rund um Kunst und Natur. Theorie und Praxis/ Kunst- und Naturthema. Vertiefung in der Natur und Reflektion eigener Erfahrungen. Kreative Umsetzung und Austausch	2
15.30-18.30	Waldgang. Wahrnehmung der Natur aus der Reflexion der morgendlichen Impulse. Vorbereitung für kreativen Gestaltungsprozess (am nächsten Tag)	4
20.00- ca.21.30	Kreative Entspannungseinheit. Coaching-Impuls „ <i>Veränderungen kreativ meistern</i> “ . Transfer in die verschiedenen Berufsfelder	2
Mittwoch 19.6.		
09.30-10.00	Aktivierung am Morgen. Warm-up, Bewegungs- und bewusste Wahrnehmungsübungen, Vertiefung (draußen/ am See)	2
10.00-12.30	Kreativer Gestaltungsprozess am See/ Natur. Erfahrungsaustausch Wissen rund um Kunst und Natur.	2
15.30-18.30	Wahrnehmung der Natur, intermedialer Quergang zu einem Thema. Einbindung von eigenen Aktionen; praktische Umsetzung	4
20.00- ca. 21.30	Präsentation der Fotos; Vertiefung der Erlebnisse: Erfahrungsaustausch, Transfer in die verschiedenen Berufsfelder	2
Donnerstag 20.6.		
09.30-10.00	Aktivierung am Morgen. Warm-up, Bewegungen und Wahrnehmen der Natur im Hinblick auf das Thema des Tages (draußen/ am See)	2
10.00-12.30	Wissen rund um das Thema die Vier Elemente, elementar in Kunst und Natur, Theorie und Praxis. Kreative Impulse drinnen und draußen	2

15.00-18.30	Reflektion und Wandern in der Natur, Entspannung durch die Natur, sinnliche Erfahrung Kreative Umsetzung und Austausch	4
20.00- ca. 21.30	Kreative Einheit; Gestaltung zum Thema. Coaching-Impuls „ <i>Stress und Relax – die Pause macht es (ent)spannend</i> “ Transfer in die verschiedenen Berufsfelder	2
Freitag 21.6.		
09.30-10.00	Aktivierung am Morgen. Warm-up, Bewegungs- und bewusste Wahrnehmungsübungen (draußen/ am See)	2
11.00-12.30	Übertragung der Erlebnisse/ des Erlernten in den persönlichen Berufsalltag. Positive Wirkung von kreativem und aktivem Tun in der Natur, Naturerleben. Abschließender Impuls Erfahrungsaustausch und Abschlussbesprechung	2
	Unterrichtseinheiten	40

Zum Stundenplan:

Programmänderungen vorbehalten.

Die pädagogische Freiheit für evtl. notwendige Verschiebungen bleibt unberührt, da sich Lerninhalte in individuellen Lernprozessen und Gruppendynamiken entfalten.

An unserem Institut unterrichten wir grundsätzlich mit einer hohen Theorie- und Praxisverschränkung (Theorie 60 %, Praxis 40 %). Daher schließen sich an die theoretischen Vermittlungen grundsätzlich praktische Übungen an, um das Gelernte auch später in die Praxis umzusetzen.

Zielgruppe: Unser Bildungsurlaubsangebot richtet sich zunächst berufsgruppenunspezifisch an alle interessierten Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer.

Im Besonderen richtet sich diese Veranstaltung an folgende Zielgruppen:

- Arbeitnehmer*innen, die die genannten Kenntnisse für ihre berufliche Tätigkeit benötigen.
- Arbeitnehmer*innen aus gesundheitsfördernden, pädagogischen, therapeutischen, sozialen, medizinischen und beratenden Berufen.

Veröffentlichungen: Internet: www.eag-fpi.com und www.bildungsurlaub.de, Jahresprogramm EAG (gedruckte Broschüre)