

Path of Life • Lebensweg

Kennenlermethode zum Einstieg

Hier bekommst du ein Tool für einen schönen Einstieg in deinen Workshop. Sie wirkt vertrauensbildend und sorgt für tiefe Einblicke und wertschätzende Rückmeldungen. Besonders gut geeignet deshalb auch in Teamentwicklungen.

So funktioniert's:

Schritt 1: Einzelarbeit, ca. 30 - 45 Minuten

Jeder Teilnehmer schnappt sich ein Flipchartpapier und Stifte und bekommt folgende Aufgabe:

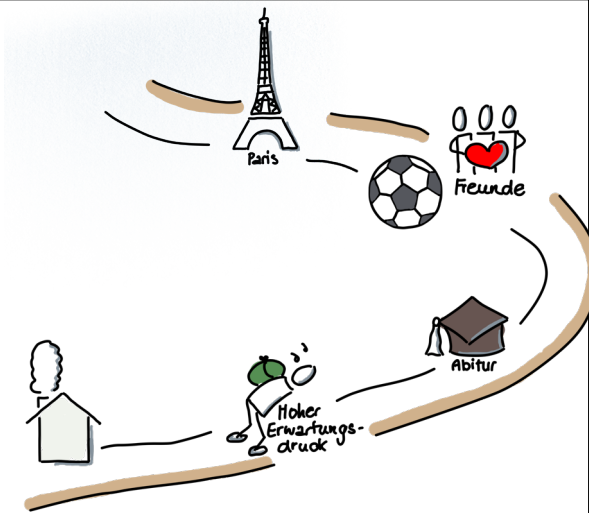
- ★ Zeichne deinen Lebensweg mit Brücken, Bergen, Diagrammen etc.
- ★ Mach alle Stationen in deinem Leben sichtbar, die für dich relevant waren. Im positiven, wie im negativen Sinne
- ★ Nimm wichtige Personen, Ereignisse, Muster, Phasen, Übergänge usw. mit auf
- ★ Starte bei deiner Geburt
- ★ Es muss kein Kunstwerk sein und Malkünste spielen keine Rolle

Schritt 2: Präsentationen, à ca. 10 Min

- ★ Jetzt stellt jeder seinen Lebensweg vor
- ★ Während ein Teilnehmer seinen Weg beschreibt, achten die anderen auf Werte und Prägungen, notieren diese und geben hierzu eine Rückmeldung. Welche Werte sind ersichtlich? Was ist wichtig im Leben?

ACHTUNG: Die Offenheit, auch die Dinge im Leben zu benennen, die schwierig waren sind bei dieser Methode wichtig, denn oft sind sie es, die uns zu dem gemacht haben was wir sind.

Viel Freude beim Kennenlernen!



Vielen Dank liebe Monika Feichtinger!

www.feichtinger-consulting.de



www.trainer-lounge.net