

# **Be creative!**

## **Eine kreativ bunte Reise**

### **Kreativität, was ist das?**

Das Wort KREATIVITÄT leitet sich aus dem lateinischen CREARE ab. Das bedeutet so viel wie „etwas neu schöpfen, etwas erfinden, etwas neu schaffen“, steht aber auch für die Fähigkeit Problemstellungen durch erworbene Kenntnisse auf neuartige Weise zu lösen.

Ob wir unserem Sein gestalterisch Ausdruck verleihen wollen oder ob wir die Herausforderungen des Alltags und im Beruf auf originelle und geistreiche Weise meistern wollen, immer ist Kreativität gefragt. Doch wie kommen wir zu kreativen Ergüssen und was tun, wenn die Muse streikt?

### **Ich nehme Sie mit auf kreativ bunte Reisen!**

In einem 2-tägigen Workshop werden einfache und alltagstaugliche Strategien und Methoden vorgestellt, die unsere

- Phantasie aufblühen lassen
- Inspiration beflügeln
- Ideen zur Realität werden lassen

Erweitern Sie Ihre vorhandenen Kompetenzen mit gezielten mentalen Techniken, die Ihre Schöpferkraft hervorholen und Sie in Ihre Welt der bunten Kreativität führen.

### **Was erwartet Sie?**

|                              |  |
|------------------------------|--|
| Einführung:                  | Grundlagen der Kreativität und des kreativen Prozesses       |
| Zielfindung:                 | Mind Map, SMART-Modell mit Zielvisualisierung                |
| Achtsamkeitsübungen:         | Meditationstechniken, Körperübungen, Resonanzfelder          |
| 5 Sinne und die Kreativität: | Hilfsmittel, die die eigene Muse zum Vorschein kommen lassen |
| Motivationstechniken:        | Affirmationen einmal anders, EFT                             |

### **Wie lange dauert die Reise?**

Der Workshop findet an zwei aufeinanderfolgenden Tagen jeweils von 9.00 bis 17.00 Uhr statt.

### **Was ist Ihre Investition?**

Einzelperson: EUR 280,- inkl. gesetzlicher Umsatzsteuer

Gruppen: Preis auf Anfrage

Der Workshop findet ab 6 Teilnehmern statt. Anmeldungen bitte an [natascha@praxisderleichtigkeit.at](mailto:natascha@praxisderleichtigkeit.at).

## **Steigen Sie ein und entdecken Sie Ihre Welt der Kreativität!**