

NEUER
INTENSIVKURS
HERBST_2017

Start am 1. Sept

der Weg des Künstlers

aktiviere dein kreatives Potenzial!

Willst du ein künstlerisches Projekt ankurbeln und wünschst dir Impulse?
Spürst du schöpferischen Drang und suchst nach einer konkreten Form?
Oder sehnst du dich ganz einfach nach einem Leben, das sich wieder
mehr nach deinem Leben anfühlt?

«wir sind
weitaus grösser
und wagemutiger
als wir denken»

Julia Cameron

der Kurs

- An zwölf Kursabenden tankst du Schubkraft und Inspiration und spielst mit kreativen Grundtechniken.
- Jede Woche holst du dir ein neues Set von lustvollen, anregenden und fordernden Aufgaben, für die du täglich rund eine Stunde investierst. Schritt für Schritt bringst du dein künstlerisches Potenzial in Schwung.
- **«Der Weg des Künstlers»** der amerikanischen Autorin Julia Cameron dient uns als Kursbuch. Es bietet einen durchdachten Aufbau und lässt dir Freiraum in der Wahl deiner Aufgaben.
- Gegen Ende des Kurses besteht die Möglichkeit, sich konkreten persönlichen Projekten zu widmen und Coaching-Teams zu bilden.

Auszug aus dem Kursprogramm

- Du entlarvst negative Selbstbewertungen und lernst, dich und deine Fähigkeiten zu schätzen.
- Du spürst vergrabenen Träumen nach und nimmst dir Sachen vor, die du nachholen möchtest.
- Du schreibst einen Brief an dich mit 80 Jahren und schmiedest Pläne, was du tun würdest, wenn du noch einmal 20 wärst.
- Du kochst dir Lieblingsgerichte aus deiner Kindheit und listest Dinge auf, die du gerne dein Eigen nennen möchtest.
- Du wirst dir klar, welche FreundInnen dich nähren und welche dir Energie abziehen.
- Du übst dich darin, Wut als Brennstoff zu nutzen und entwirfst deine ideale Umgebung.
- Du nimmst dir geheime Vergnügungen vor und vielleicht ein paar Undercover-Aktionen.
- Du denkst dir fünf weitere Leben für dich aus und überprüfst deine Work-Life-Balance.

Ein Hauptwerkzeug dieses Kurses ist dein persönliches Notizbuch, in das du schreibst, kritzelst oder zeichnest. Wie viel du davon teilen willst, entscheidest du.

Kursleitung

Stefan Ingold (45) ist Kunstschaffender, Heilpädagoge und Theaterpädagoge. Seit 20 Jahren geht er seinen künstlerischen Weg, hauptsächlich als Musiker und Songwriter. Als solcher wurde ihm 2015 der Werkbeitrag der Stadt St.Gallen zuteil. Zur Zeit dreht er leidenschaftlich Kochvideos und Musikclips.
[Weitere Infos auf counselors.ch](http://counselors.ch)

Daten

**Zwölf aufeinanderfolgende
Freitagabende vom
1. September bis 17. November 2017
jeweils von 18.00-20.30 Uhr**

Die kompletten Daten:
1. / 8. / 15. / 22. / 29. September
6. / 13. / 20. / 27. Oktober
3. / 10. / 17. November

Kursort

Atelier Bucheggstrasse 12 in St.Gallen
(10 Minuten vom HB, nahe Bahnhof St.Fiden)

Kosten

CHF 590.- für alle 12 Kursabende
(Kleingruppe mit max. 8 Personen)
inklusive Kursbuch und Arbeitsmaterial

Info & Anmeldung

Anmeldung bis 25. August 2017
stefaningold@counselors.ch
079 686 14 07
counselors.ch > more

