



Material:

Papier, Stifte, Leimstift, wenn du hast/willst: Pinboard, Magnetgitter oder Karton als Grundlage



Zielsetzung:

Das Ziel ist es, sich selber und seine Identität besser kennen zu lernen. Diese Aufgabe fördert die Selbstwahrnehmung, kreatives Denken und die Empathie gegenüber anderen Mitmenschen.



So geht's:

1. Nimm einen Notizzettel und notiere deine Stärken und Schwächen, was dir wichtig ist und dich auszeichnet. Weiter kannst du dich zum Beispiel selber zeichnen oder aufschreiben, was du an dir magst. Vielleicht hast du ein Lebensmotto, einen Song(-Text) oder einen Spruch, der dir Kraft gibt und zu dir passt.
2. Nun picke die Dinge heraus, die dir am Wichtigsten sind und welche du unbedingt auf deiner Collage haben möchtest.
3. Jetzt kannst du deine Collage gestalten. Zeichne mit verschiedenen Stiften, probiere verschiedene Schriftarten aus und lasse deiner Kreativität freien Lauf.



Varianten:

- Während des Gestaltens und Brainstormens Musik hören.
- Für mehr Inspiration nach draussen an die frische Luft gehen.
- Als Erweiterung: Was sind deine Wünsche und Ziele? Wie kannst du diese Wünsche und Ziele erreichen?
- Austausch mit den Mitmenschen und herausfinden, wie sie dich sehen.

Sozialform: Für sich alleine, nachher im Austausch mit anderen.

