

Der Blick auf mich – Selbstbild & Fremdbild

24 Stunden Impulse und fotografische Begleitung zum Thema „Wie sehe ich mich selbst? – Wie werde ich gesehen?“

Wir tragen in uns ein Bild von uns selbst, das wir selten in Frage stellen oder überprüfen. Sehen uns die anderen eigentlich genau so? Wie wirken wir? Welche Facetten haben wir? Frauen sind oft nicht in der Lage, ihre Stärken zu sehen, die für andere offensichtlich sind.

Gerade Frauen sind häufig unzufrieden mit Fotografien von sich. „So sehe ich doch gar nicht aus! Wie schrecklich!“ Vor der Kamera verlieren wir tatsächlich unsere natürliche Ausstrahlung, versuchen eine Rolle zu spielen, vermeintliche Erwartungen an uns zu erfüllen.

In diesem Seminar wollen wir spielerisch und mit Freude den Abgleich machen zwischen unserem Blick auf uns, dem Blick aus den Augen der anderen Teilnehmerinnen und dem Blick durch die Kamera, die uns 24 Stunden lang begleiten wird.

Sie erhalten Impulse und Reflexionen zu Ihrer Wirkung und Ausstrahlung, Sie verbringen Zeit mit sich in der Natur, sie geben selbst Feedback und Sie gestalten mit Bildern ihren eigenen Blick auf sich.

Lassen Sie sich überraschen – am meisten von sich selbst!

Mitbringen: 2 Fotografien von sich (Details folgen bei der Anmeldung), wetterfeste Kleidung für einen zeitweisen Aufenthalt im Freien, eine Isomatte, legere und bequeme Kleidung, warme Socken.

Termin: Freitagnachmittag und Samstag, 22.07.-23.07.2011, Beginn freitags 16.00 Uhr, Ende samstags ca. 16.00 Uhr

Ort: Ein Seminarhaus im Großraum München

Trainer: Impulsgeberin Dr. Barbara Krautz, introsition www.introsition.de

Emotionsfotografin Elisabeth Pfahler-Scharf www.die-emotionsfotografin.de

Kosten: 280 € inkl. MwSt. zzgl. Kosten für Übernachtung/Vollpension

Weitere Informationen und Anmeldung über:

Dr. med. Barbara Krautz

www.introsition.de

Tel. 0160-94 93 95 39

e-mail: barbara.krautz@introsition.de

Elisabeth Pfahler-Scharf

www.die-emotionsfotografin.de

Tel. 0173-94 90 194

e-mail: kontakt@die-emotionsfotografin.de