

## Meine Schätze

➤ Wenn wir gefragt werden, was uns wichtig ist, haben wir oft schnell eine Standardantwort parat, die bei den anderen gut ankommt, oder die wir von den Eltern oder Freund/innen übernommen haben. Hin und wieder ist es aber hilfreich, mal länger nachzudenken, was einem wirklich momentan wichtig ist, wonach ich mich sehne, was mir fehlt.

✿ Einzelarbeit mit Zeit für das persönliche Nachdenken.

Die TN können bei ruhiger Musik ihre Gedanken nieder schreiben, ein Bild malen, Symbole zeichnen oder finden.

Sie können in die Natur gehen, einen Spaziergang machen, sich auf einen Stein setzen,...

- ◆ Was ist mein Schatz?
- ◆ Was ist mir das Kostbarste?
- ◆ Wofür würde ich sehr viel/alles geben?
- ◆ Wonach sehne ich mich?
- ◆ Erwinnere ich mich an Augenblicke in meinem Leben, wo ich sehr glücklich war/wo ich mich „wie im Himmel“ gefühlt habe?

Wer möchte, kann anschließend jemand anderem davon erzählen. Austausch zu zweit oder zu dritt.

Im Plenum kann eine Sammlung von Zeichnungen und Symbolen in einer Schatzkiste gemacht werden, die nicht erklärt werden muss.

🌀 Zettel, Stifte, ev. Symbole

” EINE FRAU MEINTE: ICH WÜRDTE MEIN LEBEN DAFÜR GEBEN, SO WUNDERBAR KLAVIER SPIELEN ZU KÖNNEN WIE SIE. DER PIANIST ERWIDERTTE: GENAU DAS HABE ICH GETAN.