

**Workshop: Metaphernwerkstatt**  
**Referentin: Alexandra Kreuzeder**

**Übung zur Entwicklung einer Metapher**

- 1.** Thema: Persönliche Entwicklung in den letzten Monaten, aktuell und wohin soll die Reise hingehen (Ziel).
- 2.** Finde die Elemente, die diese Entwicklung in einer Geschichte/Metapher symbolisieren könnten.

**Elemente**

Hauptdarsteller (z.B. Selbst, andere Person, Tier, Fabelwesen, Pflanze, Baum...)

---

Wenn sich der Hauptdarsteller im Laufe dieser Entwicklung verändern würde, was wären die prägnantesten Merkmale (Person: zB Körperhaltung, Mimik, Gestik, Tempo; Pflanze zB Wachstum, Blätter; od. Raupe wird zu Schmetterling usw)

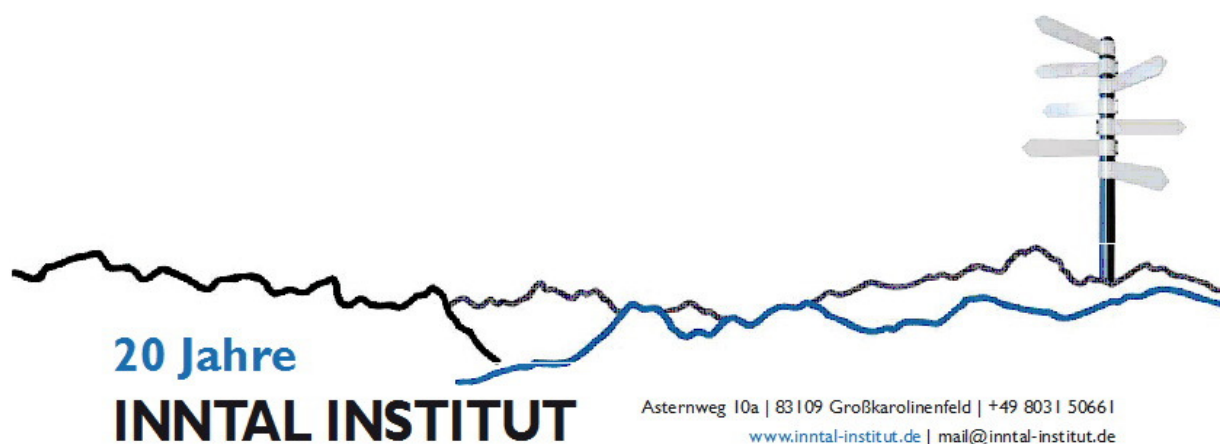
---

Wenn es noch andere Darsteller geben würde, welche wären das?

---

	<b>Entwicklung Vgh/Ggw</b>	<b>Zukunft/Ziel</b>
Landschaft		
Wetter		

---



## Kongress am 17.-18.09.2011 in Rosenheim

**Workshop: Metaphernwerkstatt**

**Referentin: Alexandra Kreuzeder**

**Fortsetzung: Übung zur Entwicklung einer Metapher**

**Entwicklung Vgh/Ggw**

**Zukunft/Ziel**

Temperatur

---

Musik

---

Pflanze/n

---

Geräusche/  
 Klänge/Stimmen

---

Farben

---

Weitere Handlungselemente

---

**3. Entwickle eine Geschichte** aus den verschiedenen Elementen. Beginne dabei mit dem Ausgangszustand und leite dann über zu den Elementen des Zielzustandes. Achte darauf, wie sich die verschiedenen Elemente (Hauptdarsteller, Landschaft, Musik, Wetter, Farben etc.) im Laufe der Geschichte verändern.

*Alexandra Kreuzeder*

Salzburg Coaching

Soziologin, NLP-Lehrtrainerin am Inntal Institut und in Salzburg

Logotherapeutin (i.A.)

Wanderführerin, Zusatzqualifikationen Erlebnispädagogik

Kontakt: [www.salzburg-coaching.at](http://www.salzburg-coaching.at), [a.kreuzeder@salzburg-coaching.at](mailto:a.kreuzeder@salzburg-coaching.at)

