

” ZWISCHEN NAHKAMPF UND LIEBESSPIEL “ PSYCHOLOGISCHES KOMPETENZTRAINING FÜR DARSTELLENDEN KÜNSTLER

Darstellende Künstler sind körperlich und geistig in hohem Maße gefordert – das ist bekannt und wird trainiert. Über die psychischen Anforderungen dieses Berufes hingegen wird bisher wenig und nicht ausreichend fundiert gesprochen. Daher sind darstellende Künstler mit der Bewältigung von Themen wie Existenzangst, Kritik, Machtmissbrauch, Erfolgsdruck, Lampenfieber oder Selbstzweifeln häufig allein.

Das hier vorgestellte Kompetenztraining bietet darstellenden Künstlern in Form eines zweitägigen Seminars ein psychologisches Basis-Know-How, um den besonderen Belastungen in ihrem Leben souverän zu begegnen.

ES UMFASST FOLGENDE INHALTE:

- **Erkenntnisse aus der Psychologie zur Persönlichkeitsstruktur von darstellenden Künstlern**
Sind sie tatsächlich „verrückt“ oder doch die potenziell glücklicheren Menschen?
- **Einführung in die Psychologie des Künstlerberufes**
Was ist die „Achillesferse des Künstlers“? Lohnt sich Kritik?
- **Praktische Übungen** Wie stelle ich mich vor, ohne mich anzubiedern? Wie kann ich mich gleichzeitig öffnen und schützen? Wie überschreite ich Grenzen und bleibe trotzdem stabil?

Alina Gause ist Diplompsychologin und selbst seit über zwanzig Jahren als Schauspielerin und Sängerin tätig (u.a. Maxim Gorki Theater, Theater des Westens). Als Psychologin hat sie sich auf die Verbesserung der Lebens- und Arbeitsumstände von darstellenden Künstlern spezialisiert und *a.way – die Beratungsstelle für Künstler* in Berlin gegründet. Im Oktober 2011 erschien ihr Buch „Warum Künstler die glücklicheren Menschen sein könnten – der Künstlerberuf aus psychologischer Perspektive“.

Termin: 27.-28.1.2012 (Freitag: 10-15 Uhr, Samstag: 10-15 Uhr)

Ort: Die Tankstelle, Rheinsberger Str. 31, D - 10435 Berlin

Kosten: 190 Euro

Maximale Teilnehmerzahl: 12

Für Anmeldung oder Fragen bitte Mail an: office@artists-way.de

a.way – Beratungsstelle für Künstler • Feldstedter Weg 11, D – 12305 Berlin

Tel.: 030 – 707 64 684 • Internet: www.artists-way.de

a.way



the artists' way of life