

Titel

Sehen, Wahrnehmen, Beobachten: Die Kunst der Aufmerksamkeit

Lernziel

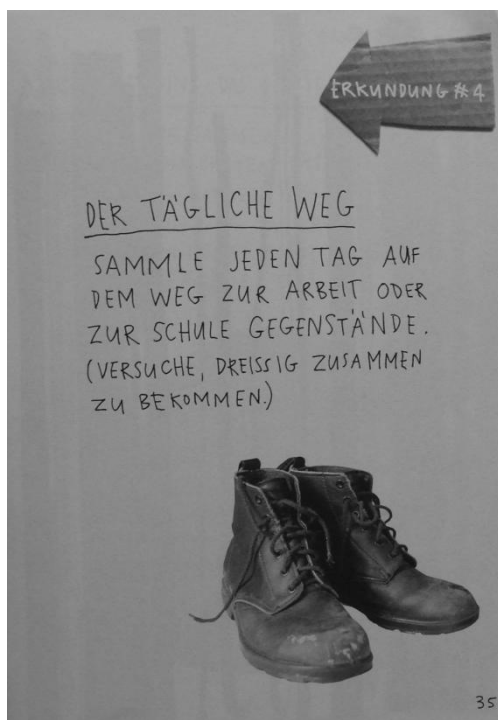
In diesem Kurs entwickelst du deine Wahrnehmungs- und Beobachtungsfähigkeit, indem du visuelle, auditive und körperliche Eindrücke bewusst differenzierst, reflektierst und künstlerisch umsetzt. Dabei lernst du, zwischen Wahrnehmung und Interpretation zu unterscheiden sowie soziale und nonverbale Prozesse genauer zu analysieren, um deine persönliche und künstlerische Ausdrucksfähigkeit zu erweitern.

Inhalt

Im Mittelpunkt des Kurses steht die bewusste Auseinandersetzung mit der eigenen Wahrnehmung, der Umwelt und sozialen Interaktionen.

Der Kurs verbindet analytische und kreative Zugänge: Wahrnehmung wird nicht nur beschrieben und reflektiert, sondern auch künstlerisch umgesetzt – etwa in Form von Zeichnungen, Fotografien, Collagen, Texten oder experimentellen Formaten. Die kontinuierliche Arbeit an einem individuellen Portfolio ermöglicht es dir, deine Entwicklung über zwei Jahre hinweg sichtbar zu machen.

Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf der Förderung von Achtsamkeit und Selbstwahrnehmung als Beitrag zur Gesundheitsbildung und Persönlichkeitsentwicklung.



Quelle: Smith, Keri (2011). Wie man sich die Welt erlebt: Das Alltags-Museum zum Mitnehmen.

Semesterstruktur (Module)

Semester 1: Grundlagen der Wahrnehmung & Sinne schärfen

Einführung in Wahrnehmungsprozesse, selektive Wahrnehmung und Wahrnehmungstäuschungen. Erste einfache Beobachtungsübungen sowie kreative Annäherungen (z. B. zeichnerische und sprachliche Beschreibungen von Alltagswahrnehmungen).

Intensive Schulung einzelner Sinne durch experimentelle Aufgaben. Künstlerische Dokumentation von Alltagsbeobachtungen (z. B. Fotoprojekte, Wahrnehmungstagebuch, Detailstudien).

Semester 2: Systematisch beobachten

Einführung in strukturierte Beobachtungsverfahren und Protokolltechniken. Verbindung von analytischer Beobachtung und künstlerischer Umsetzung (z. B. Skizzenserien, Bewegungsstudien, dokumentarische Mini-Projekte).

Semester 3: Nonverbale Kommunikation und soziale Dynamiken & Selbstwahrnehmung

Analyse von Körpersprache, Mimik und Gruppendynamiken. Szenische und künstlerische Arbeiten (z. B. Fotoreihen, Standbilder, kurze performative Projekte) zur Darstellung zwischenmenschlicher Situationen.

Fokus auf Achtsamkeit, Emotionen und Körperwahrnehmung. Künstlerische Ausdrucksformen zur Darstellung innerer Zustände (z. B. abstrakte Arbeiten, Texte, experimentelle Formate).

Semester 6: Abschlussprojekt und Portfolio

Eigenständige Entwicklung und Umsetzung eines künstlerisch-reflexiven Abschlussprojekts. Zusammenführung aller Arbeiten in einem Portfolio, das die individuelle Entwicklung der Wahrnehmungsfähigkeit dokumentiert und reflektiert.

Kursprodukt

Zentrales Produkt ist ein über die gesamte Kursdauer geführtes Portfolio, das durch ein eigenständiges künstlerisches Abschlussprojekt ergänzt wird.

Besonderheiten

- ✓ langfristige, prozessorientierte Kompetenzentwicklung
- ✓ Verbindung von Wahrnehmung, Reflexion und künstlerischem Ausdruck
- ✓ hoher Anteil an eigenständigem und experimentellem Arbeiten
- ✓ Förderung von Achtsamkeit, Kreativität und sozialer Sensibilität