

# Blomstrende tanker

Mind dig selv om de smukke blomster og planter, der kan gro fra en oplevelse eller følelse



## DRONT

Bearbejd dine følelser eller en oplevelse gennem kunst og lad noget smukt vokse fra fra ordene af dine tanker.

Få det meste ud af projektet og se med på videoguiden, som du finder på din Selvtid profil

## Skriv



## Baggrund



Start med at skrive så meget du vil på to sider.

### Inspiration, hvis du ikke ved, hvad du kan skrive:

- Et minde eller oplevelse, du gerne vil bearbejde.
- Et brev til en person du har eller har (haft) nært.
- Tag udgangspunkt i et ord som 'tillid', 'tilstedeværelse', 'stress' og skriv dine tanker.
- Skriv om en oplevelse, men som en historie med fiktive karakterer.
- Skriv en sangtekst ned, som du relatere til.

Mal nu din ønsket baggrund med gouache. Vi har lavet en version med en solid baggrund og en version med en blomsterbakke til inspiration. For at male skal du blande lidt vand i din gouachemaling. Gouache bliver mere gennemsigtig og lys i farven, jo mere vand du putter i. Du kan derfor selv justere, hvor meget du har lyst til at vise af din skrevne historie – og hvor meget du gerne vil dække den til. Husk at du kan blande dig til en masse skønne farver!

## Mal



### Inspiration – Blomstermark:

Hvis du ikke er meget til at male blomster, kan du stadig skabe en smuk og simpel blomstermark. Bland en lysegrøn og mal en masse små samlinger af strå. Brug din mindste pensel og dup en masse forskellige farver ind i små samlinger. Lav mindre dup bagerst på bakken.



### Inspiration – Blomster på stilke:

Mal stilke i forskellige højder. Blade: Start i toppen af bladet. Hold penslen sidelæns og pres den ned mod papiret. Løft trykket langsomt i det du trækker den mod bunden af bladet. Bland din ønsket farve og dup mange blomster på - mindst i toppen.



### Inspiration – Simple blomster:

Bland en del af blomsterfarven klar. Hold penslen fladt mod papiret. Tryk den mod papiret i toppen af blomsterbladet og løft trykket ind mod midten, mens du 'twister' din pensel lidt. Lav 5 blade mod den samme midte. Lad dem tørre og dup en brun ind i midten.

## Noter til dig selv:

Læring, følelser, iagttagelser og alt derimellem

---

---

---