

## 4.4 Dokumentation

08.03.2022, Dienstag

Zu Beginn unserer Arbeit haben wir heute eine Umfrage gestartet. Wir starteten die Umfrage während unseren Sportferien. Dies war eine unserer besten Entscheidungen, denn so konnten wir in der Arbeitswoche ohne längere Wartezeiten direkt mit unserem Projekt starten.

Mit unserer Umfrage wollten wir herausfinden, von welchen positiven und negativen Sätzen das Leben von verschiedenen Leuten geprägt war. Also formulierte Alena zwei Fragen die folgendermassen aussahen:

Welcher positive Satz, hat dein Leben grundlegend geprägt?

Welcher negative Satz, hat dein Leben grundlegend geprägt?

Wir haben diese Umfrage auf allen sozialen Medien gepostet, um möglichst viele verschiedene Antworten zu generieren. Schon am selben Abend, haben wir über 150 verschiedene Antworten bekommen. Es war ein voller Erfolg. Mit diesen Antworten können wir nun weiter unsere Ideen ausarbeiten und ebenfalls allmählich mit dem Projekt starten.



## 21.03.2022, Montag

Morgens um etwa neun Uhr trafen wir uns in Chur am Bahnhof und besorgten alle nötigen Materialien für unser Projekt (Kleister, Toilettenpapier, Acrylfarben). Als wir diese hatten, fuhren wir um etwa 09.30 Uhr von Chur ab. Um 09.55 kamen wir in Thusis bei Panna an. Wir hatten ein ganzes Zimmer zur Verfügung, in welchem wir das Objekt erstellen konnten.

Wie beim Kochen das „Mise en Place“, haben auch wir anfangs alles gründlich vorbereitet. Diese Vorbereitung benötigte ca. 20 Minuten. Um den aufgeblasenen Gymnastikball, welche als Formvorlage diente zu fixieren, nahmen wir einen Wäschekorb, in den wir den Ball hineinlegten.

Nun konnten wir mit der Herstellung der Masse anfangen. Wir weichten mehrere WC Papierrollen in warmem Wasser auf und zerrissen sie in kleine Stücke. Jene wurden dann gemixt, wodurch sie nochmals verkleinert wurden. Dazu mischten wir je drei Löffel Kleisterpulver dazu. Wir erhielten dadurch eine breiig pürierte Masse. Die Acrylfarben wurden dazu gemischt und die erwünschte Hautfarbe kam zustande. Dieses Verfahren war sehr zeitaufwändig und brauchte viel Geduld, da wir extrem viel Masse brauchten, um den ganzen Ball zu bestreichen.

Wir stellten etwas widerwillig fest, dass wir nicht bis zur gewünschten Grösse weitermachen konnten.

Erstmal musste der obere Teil trocknen, bevor wir mit dem unteren Teil fortfahren konnten. Aufgrund dessen beendeten wir die Gestaltung des Objektes am Nachmittag um 13.00 Uhr und assen zum Mittag.

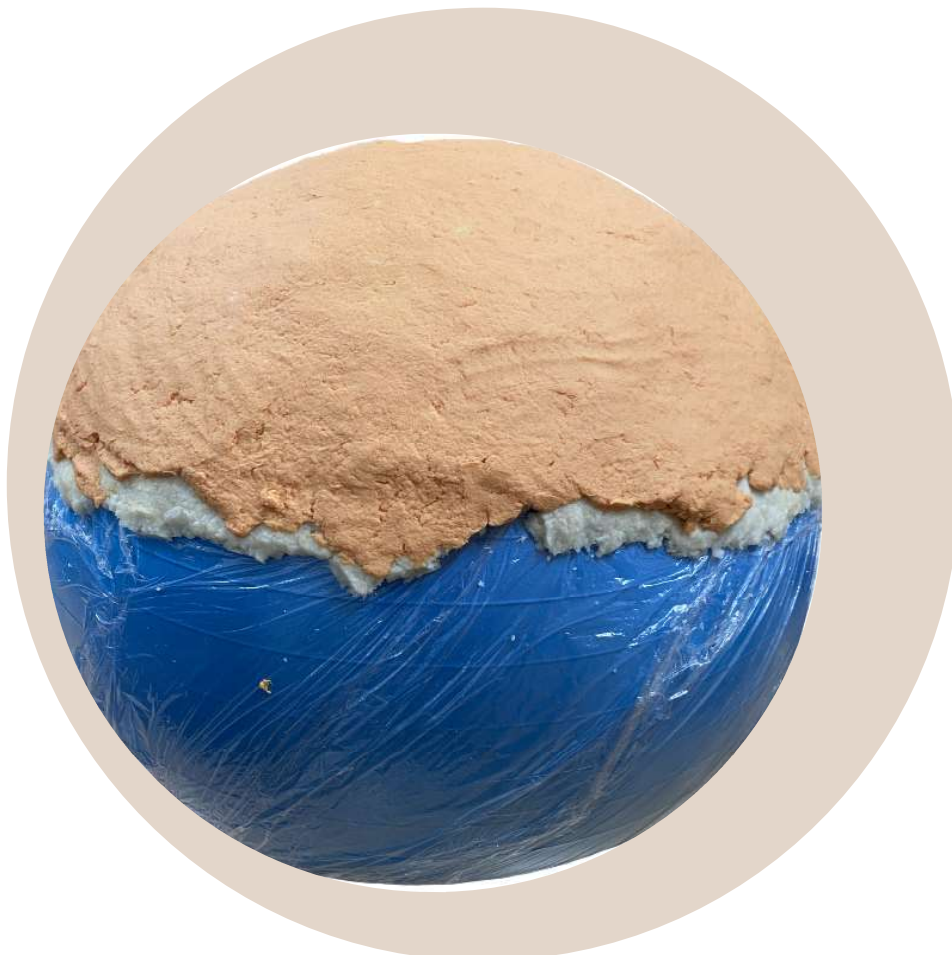
Um 14.00 Uhr packten wir die noch übrig gebliebene Masse in Folien ein und stellten sie in den Kühlschrank, damit sie noch länger haltbar bleiben. Wir putzten den ganzen Raum gründlich und machten uns in einem anderen Bereich des Projektes an die Arbeit.

Wir sortierten die Aussagen aus unserer Umfrage aus. Die Selektion beruhte auf Wiederholungen oder unpassende Argumentationen. Als Ergebnis haben wir 70 Sätze auf 40 heruntergestuft. Dies ermöglichte uns die Aufteilung der Glaubenssätze innerhalb der Gruppe.

Je 10 der vorhandenen Aussagen, ergaben ein Interview, diese Sätze präsentierten wir Personen mit unterschiedlichem Alter und hielten ihre Reaktionen fest.

Die vorher genannten Schritte und die weitere Aufteilung der schriftlichen Aufgaben (Dokumentation, Gliederung der Arbeit) dauerten etwa bis 16.00 Uhr.

Abends kontrollierte P. das Objekt nochmals und musste entsetzt feststellen, dass der Ball auf dem Boden war und alles bereits Erbaute sich ebenso auf dem Boden befand.



## **22.03.2022, Dienstag**

Wir trafen uns am Dienstagmorgen gegen 09.00 Uhr am Bahnhof, um unser Projekt zu retten, das am Vorabend gestürzt war. Panna, in deren Haus es stand versuchte bereits am Vorabend, als der Ball gefallen war so viel wie möglich zu retten. Wir brachten am Morgen die restliche Masse wieder am Ball an und hofften, dass es diesmal halten wird. Währenddessen sicherten wir unseren Ball von allen Seiten, damit er nicht nochmals stürzt.

Am Vormittag stellten wir jedoch fest, dass das Ganze nicht mehr so einheitlich ausschaute wie vorher. Das Problem war, dass wir durch eine doppelte Schichtung der Kleistermasse, unterschiedliche Farben an verschiedenen Stellen hatten. Da es optisch nicht mehr so „perfekt“ aussah, waren wir etwas verzweifelt. Auf einmal hatte eine von uns eine Idee. Sie meinte man sollte den Kopf so wahrnehmen, als ob in seinem Gesicht Pigmentfehler wären. Diese Überlegungsweise eignete sich als Lösung für unser Problem.

Wir fuhren erst am Nachmittag fort, weil wir die schon aufgetragene Masse vorerst trocknen lassen mussten. Als wir ungefähr um 13.00 Uhr wieder anfangen, bemerkten wir, dass die Masse extrem viel Zeit benötigt, um zu trocknen und wir so nicht fortfahren konnten.

Aufgrund dessen schrieben wir am restlichen Nachmittag an der schriftlichen Arbeit weiter und machten die ersten Audioaufnahmen zu den Glaubenssätzen.

**23.03.2022, Mittwoch**

Als Panna heute am Nachmittag kurz in unser „Arbeitszimmer“ ging, um zu kontrollieren, wie unser Projekt aussah, stellte sie wieder fest, dass es noch mehrheitlich ganz war, jedoch nicht vollständig getrocknet und sich einige Teile der Masse auf dem Boden befanden. Dies war eine grosse Erleichterung für uns alle.

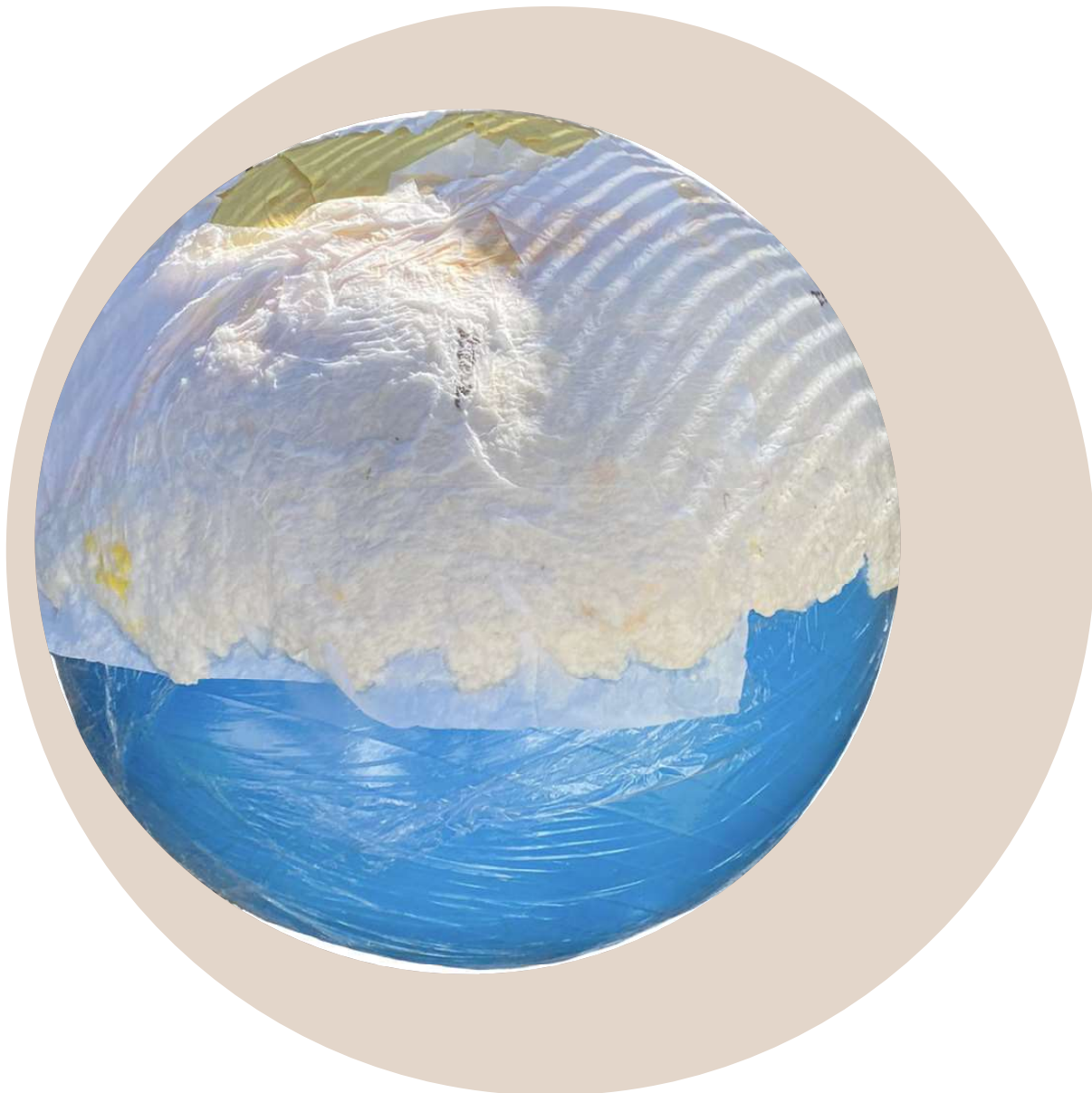
Am Nachmittag um ca. 13.00 Uhr trafen wir uns wieder. Wir haben uns entschieden, die weiteren Schritte draussen fortzusetzen. Es war sehr sonnig und warm, weshalb wir hofften, dass die Masse schneller trocknen wird. So fuhren wir fort und trugen die Masse schichtweise auf. Da der obere Bereich leider noch feucht war, konnten wir mit dem unteren Teil nicht weitermachen.

Nach einigen Überlegungen haben wir uns dazu entschieden, dünne Servietten auf die noch

feuchte Masse zu tragen, damit diese der Gestalt eine gewisse Stabilität verleihen. Es funktionierte weitgehend besser als was wir vermuteten. Trotz dessen, war die Masse noch nass und brauchte auch mit Sonnenlicht äusserst lange, um zu trocknen.

Wir entschieden uns schweren Herzen und etwas ärgerlich, aufgrund der verschwendeten Zeit, die Kleistermasse vom Ball zu entfernen und eine neue Methode auszuprobieren. Die neue Idee war ein Gerüst aus Draht zu bauen und dieses anschliessend mit Gipsstreifen zu belegen. Schlussendlich sollte der Kopf noch mit Acryl bemalt werden, um es optisch reizender zu gestalten.

Am selben Tag traten wir mit unserer Projektleiterin in Kontakt. Sie beantwortete unsere Fragen und fand unseren Vorschlag bezüglich der neuen Methode gut.



## 24.03.2022, Donnerstag

Am Donnerstagmorgen trafen wir uns um Punkt 09:00 Uhr in der Gewerbliche Berufsschule im Arbeitszimmer B20. Als wir ankamen und mit unserem zweiten Versuch starten wollten, mussten wir feststellen, dass es kein geflochtenen Draht mehr hatte. Der geflochtene Draht sollte wie bereits erwähnt als Gerüst dienen, um den Gips darauf aufzutragen. Wir haben unseren Gestaltungslehrer Rolf angerufen, da wir mit ihm in der Vergangenheit mit demselben Draht gearbeitet haben. Wir fragten ihn also, ob irgendwo im Zimmer solcher Draht zur Verfügung stand. Da dies nicht der Fall war machten wir uns etwa um 09:30 Uhr auf den Weg in den Laden „Do It“, um den Draht zu besorgen. Im „Do It“ wurden wir fündig und brachten das Einge kaufte mit in die Schule.

Im B20 waren schon einige Studenten an der Arbeit und wir mussten und fast schon ein Plätzchen erkämpfen. Als wir diesen dann schliesslich hatten, konnte die Arbeit beginnen. Zuerst haben wir aus dem Drahtzaun eine Kopfform gebogen. Dies funktionierte bedingt gut. Nach etwa eineinhalb Stunden war auch dies vollbracht. Nun kam die schöne Arbeit zum Zug, das Gipsen

Um etwa zwölf Uhr starteten wir damit. Die erste Schicht des Kopfes hatten Jenny und Alena nach etwa einer Stunde fertig, währenddessen Panna bereits mit den Ohren, Augen, Mund und Nase startete. Nach dieser Arbeit gingen wir in die wohlverdiente Mittagspause.

Nach der Mittagspause kam die zweite Schicht Gips auf den Kopf. Die zweite Schicht bereitete keine Probleme und trocknete sehr schnell. Nach ca. einer Stunde Gipsen kamen schon die ersten fertigen Gesichtsteile dran. Diese wurden während Alena und Jennifer den Kopf gipsten von Panna angefertigt. Die einzelnen Gesichtsteile wurden zuerst mit Draht geformt und danach vergipst. Man musste dabei sehr auf die Proportionen im Gesicht achten.

Auch die restlichen Gesichtsteile wurden nun vorsichtig, aber stabil am Kopf angebracht. Dies war etwas herausfordernd ging aber besser voran als gedacht.

Es kostete uns praktisch den gesamten Nachmittag, um alles aufeinander stimmend zu verarbeiten. Schliesslich setzten wir uns danach noch an die Dokumentation und beendeten unsere heutige Arbeit um 18:00 Uhr.



## 25.03.2022, Freitag

Heute teilten wir uns in der Gruppe auf. Jennifer und Alena trafen sich um 09.00 Uhr wieder im B20 um den Kopf unseres Geschöpfes zu bemalen. Im nächsten Schritt mussten wir eine Grundfarbe mischen und diesen auf den Kopf verteilen. Wir entschieden uns für eine helle Hautfarbe. Um die gewünschte Farbe zu erhalten, mischten wir mehrere Acrylfarben miteinander. Wir verwendeten die Farben Ocker-gelb, Zinnoberrot und Dunkelblau. Zudem mischten wir eine grosse Menge an weisser Farbe hinzu.

Als wir genügend Acrylfarben hatten, legten wir mit dem Malen los. Schnell stellten wir jedoch fest, dass der Gips die Farbe nicht so gut aufnahm und es noch Stellen gab, die nur nach mehrschichtiger Auftragung der Farbe vollständig bedeckt waren. Aufgrund dieser Tatsache liessen wir die erste Schicht trocknen und mischten wieder den gleichen Farbton in gleicher Menge wie vorhin. Währenddessen konnte die schon aufgetragene Farbe trocknen.

Es war nicht einfach denselben Farbton nochmals zu mischen, aber wir haben es gut hingekriegt und konnten den Kopf fertig bemalen.

Als wir fertig waren, haben wir alles bis auf die Acrylfarben und einem Glas aufgeräumt. Diese waren bereit für Panna, die etwa um 13.00 Uhr ankam.

Als Panna eintraf bereitet sie alles vor, was sie benötigte. Sie habe sich überlegt mit den Augenbrauen anzufangen und mischte Hellbraun mit etwas Dunkelblau an. So erhielt sie einen schönen dunkelbraunen Ton, welches ich für die Augenbrauen als passend empfand.

Panna legte los und malte jeweils immer symmetrisch auf der anderen Seite dasselbe.

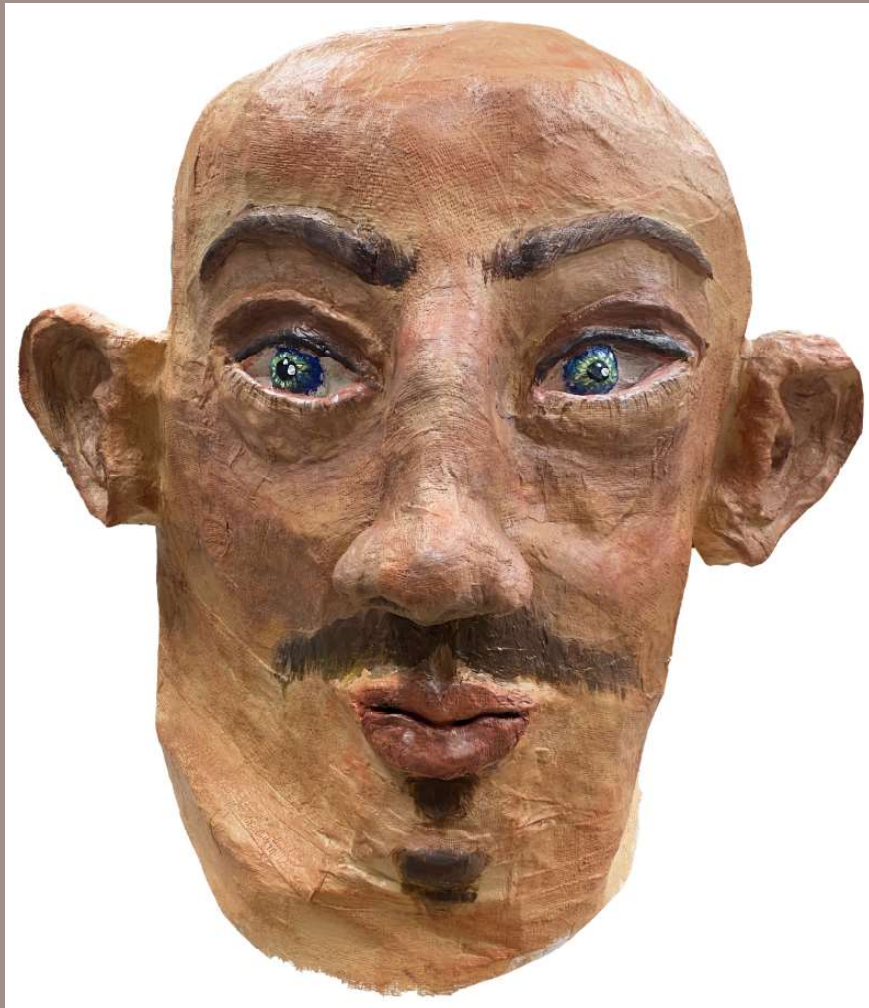
Sie stellte dann aber fest, dass es optisch besser aussieht, wenn sie sich einzeln für die jeweilige Augenbraue genügend Zeit nimmt, anstatt immer hin und her zu wechseln. Dabei musste sie besonders darauf achten, dass die Symmetrie im Gesicht erhalten bleibt.

Als die Augenbrauen fertig waren malte sie die Nase an. Sie fing an die Nase zu schattieren und stellte fest, dass eine ganzheitliche Schattierung und Tönung im Gesicht den Kopf lebendiger machen würde. Schon am Vorabend hatte sie diesen Einfall, jedoch hatte sie irgendwie Hemmungen, da sie Angst hatte, dass der Kopf dann zu dunkel wirkt oder dass sie die Schatten und Lichtanteile nicht an die richtige Stelle legt. Sie entschied sich also diesen Schritt zu wagen, wenn sie alles andere schon gemacht hatte.

So fuhr sie mit den Augen fort. Es begeisterte sie, ihm strahlende Augen zu malen und auch das Licht auf die Pupillen zu setzen, da es mit jedem Pinselstrich dynamischer und lebhafter wirkte. Danach malte sie die Lippen behutsam mit einem hellen Rot und setzte auch dort belichtete Stellen mit weisser Acrylfarbe.

Es war nun soweit und sie konnte mit dem Tönen der Hautfarbe starten. Nach einigen Pinselstrichen bemerkte sie, dass die Farbe sich nicht gut verteilen liess und auch mit viel Wasser sehr deckend war. Sie dachte nicht zuviel darüber nach, sondern schnappte sich einfach einen Schwamm vom Lavabo und malte mit dem weiter. Sie tupfte das Gesicht mit Farben ihrer Wahl an. Es bereitete ihr riesige Freude einfach nach Gefühl malen zu dürfen und die Farben ohne grosse Überlegungen zu setzen. Es war sehr entspannt und sie konnte richtig gut abschalten. Mit dem Endergebnis war sie schlussendlich sehr zufrieden.







### **02.04.2022, Dokumentation Audios**

Als wir alle 40 Audios der Befragten zusammen hatten, konnte Panna mit dem Bearbeiten und Zurechtschneiden der Audios anfangen. Sie fing am Vormittag etwa um 10.00 Uhr an und sortierte zunächst alle Audios. Sie teilte 10 Audios in je einem der vier langen Abschnitte. So erhielt sie zwei lange Audios, in welchem man die positiven und zwei in welchem man die negativen Glaubenssätze hören konnte.

Ihr nächster Schritt war es die Pausen aus den einzelnen Audios möglichst zu verkürzen, damit es für den Zuhörer angenehmer ist zuzuhören. Danach hörte sie sich alles an.

Zum Schluss wählte sie noch vier passende Instrumental-Lieder zu den Audioabschnitten und legte diese in den Hintergrund. Es hat sie beeindruckt welchen positiven Effekt Musik auf die Audios hatte. Etwa um 15.00 Uhr hatte sie als Endresultat nun ein langes Audio, welches durch die Musik und die Art der Sätze in vier Abschnitte aufgeteilt war.

Es war ein sehr langer und pingeliger Arbeitsprozess die Audios so zu bearbeiten, jedoch hatte es sich auf jeden Fall gelohnt.



## Dokumentation Umfrage

Wir starteten die Umfrage während unsere Sportferien. Dies war eine unserer besten Entscheidung, denn so konnten wir in der IDPA Woche ohne längere Wartezeiten direkt mit unserem Projekt starten.

- |  |   |
|--|---|
| «Ich hasse dich.»  | «Ich bin stolz auf dich.»                 |
| «Ich glaube dieser Beruf passt nicht zu dir.»            | «Ich bewundere deine Art.»                |
| «Etwas besseres bekommst du sowieso nicht.»              | «Hab vertrauen in das was du kannst.»     |
| «Du wirst nichts erreichen.»                             | «Du wirst deinen Weg schon finden.»       |
| «Du wirst nie etwas können.»                             | «Du schaffst das, wir glauben an dich.»   |
| «Ohne mich bist du nichts.»                              | «Ich liebe dich.»                         |
| «Rede nicht so viel.»                                    | «Du hast unser Team bereichert.»          |
| «Noch einmal Quarantäne und du verlierst deinen Job.»    | «So wie du bist, bist du perfekt.»        |
| «Mach dir da mal nichts zu viele Hoffnungen.»            | «Du kannst alles erreichen.»              |
| «Du wirst es nicht weit bringen.»                        | «Deine Arbeit ist so viel Wert.»          |
| «Deine Art ist zu kindisch.»                             | «Dein Durchhaltevermögen ist toll.»       |
| «Das hätte ich nicht von dir Gedacht.»                   | «Dein positives Denken ist ermutigend.»   |
| «Bilde dir nicht ein, dass das klappt.»                  | «Du bist sehr hilfsbereit.»               |
| «Dich kann man nirgendwo gebrauchen.»                    | «Dein Lachen ist ansteckend.»             |
| «Du hast zugenommen.»                                    | «Du hast immer so gute Ideen.»            |
| «Du triffst falsche Entscheidungen.»                     | «Du hast ein grosses Herz.»               |
| «Du bist dumm.»  | «Du bist unser Sonnenschein.»             |
| «Wenn du sterben würdest, würde dich niemand vermissen.» | «Du bist so kreativ.»                     |
| «Du bist eine Katastrophe.»                              | «Du bist gut so wie du bist.»             |
| «Du bist ein Arschloch.»                                 | «Dein Wissen und Können ist unglaublich.» |

## GLAUBENSsätze

