

Tipp 2:

Die Menge macht's, nicht Perfektion:
Erfolgslebnis statt Frust!

An einem Bild ständig radiert.



Meist immer die selbe Stelle.



Nach gefühlt 100 Stunden sieht es immer noch "falsch" aus.



ALLES DOOF!

Frust.



Das Bild landet im Mülleimer.



Zeichnen macht keinen Spaß!



Ihr kennt das?



Was man gegen diesen Frust tun kann?

Fangt neu an!



Neues Blatt
neuer Versuch!

Macht viele Skizzen.
oder z.B. 10 Formstudien.



Und wozu soll das gut sein?



Das Gehirn schüttet bei Erfolgserlebnissen
"Glückshormone" aus.

Also



Du hast also Spaß!

Macht etwas keinen Spaß,
will man es nicht wiederholen.



Hat man aber Spaß, will man
es immer wieder machen.



Diese Belohnung,
(also die Glückshormone)
bekommt ihr immer,
wenn das Gehirn wahrnimmt:
"Ich hab was geschafft!"

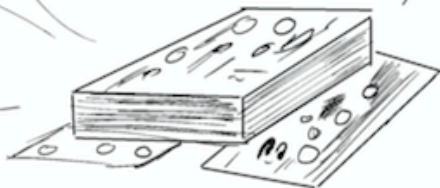


Darum freut ihr euch
über ein "Level-up",
weil ihr das Gefühl habt
"etwas erreicht zu haben".



Achievement Unlocked
100G - Die meisten Skizzen

Übertragen aufs Zeichnen:
Was denkt ihr ist eher ein
Erfolgserlebnis?



A: Ein großer Stapel Skizzen.



B: Ein zerknülltes Blatt im Mülleimer?

