

Einführung in die Integrative Biographiearbeit

Hand-Out zum Vortrag in der Online-Akademie der EAG, 10.01.2022

Hilarion G. Petzold, Hückeswagen*

Menschen entwickeln ihre Persönlichkeit, ihre Identität in ihrer Biographie und sie bilden Gesundheit und Krankheit in „verkörperter biographischer Erfahrung“ (embodiment) aus. „Biographiearbeit“, das Nachdenken über und Bearbeiten biographischer Erfahrungen, ist jedoch keineswegs nur therapeutische Arbeit, sondern eine Grundkompetenz jeglicher Arbeit mit Menschen. Das Online-Seminar entwickelt die Grundzüge psychoedukativer Biographiebegleitung, die mit kreativen Medien und Methoden, positivem Embodiment, salutogene Lebensstile und konstruktive Lebensführung fördert, ja die Entwicklung einer persönlichen „Lebenskunst“.

Das ist die Ausschreibung zu meinem Online-Vortrag an der EAG. Nachstehend finden sich Materialien, Definitionen, Textauszüge zum Thema (u.a. aus Petzold 2016f, ein Beitrag, wo sich auch weiterführende Literatur findet). Der Vortrag¹ ist auch eine Hinführung zu der Weiterbildung in „**Integrativer Biographiearbeit**“, die von H.G. Petzold und Ilse Orth an der EAG angeboten wird. Das Curriculum im Anhang.

Biographie:

Biographie ist die neurozerebrale Aufzeichnung von Entwicklungsprozessen im sozialen und ökologischen Kontext/Kontinuum, die sich über die Lebensspanne hin von Babyzeiten bis ins hohe Senium vollziehen. Sie werden im „Leibgedächtnis“ archiviert und sind wesentlich von Sprache – verbaler und nonverbaler – bestimmt, so dass **Biographiearbeit** bzw. **Biographieerarbeitung** im

* Aus der „Europäischen Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Naturtherapien und Kreativitätsförderung“(EAG), staatlich anerkannte Einrichtung der beruflichen Weiterbildung (Leitung: Univ.-Prof. Dr. mult. Hilarion G.Petzold, Dipl.-Sup. Ilse Orth, MSc), Hückeswagen. Mail: forschung@integrativ.eag-fpi.de oder: info@eag-fpi.de, Information: <http://www.eag-fpi.com>.
Text und Vortrag haben die Sigle 2022b

¹ Ein Audiomitschnitt des Vortrags ist aufrufbar unter <https://www.youtube.com/watch?v=i938cMBbxUA>.

narrativen Klima von Erzähldyaden dialogisch und/oder Erzählgruppen/Polyaden polylogisch möglich wird.

„Alles Geschehen im menschlichen Leben, das auf dem '**Lebensweg**', der **Biosodie**, durch die exterozeptiven und interozeptiven Sinne aufgenommen, eingeleibt (**embodied**), durch das Gehirn verarbeitet und durch das Subjekt mit seiner sozialen Gruppe mit Sinn und Bedeutung versehen wurde, wird Teil der **Biographie** eines Menschen. Der Mensch ist deshalb immer auch Biographie, er hat nicht nur eine solche. Biographie ist deshalb immer mit dem **Selbst** verbunden, in das lebendige Selbst, sein Leben, eingeschrieben (*biographia* βιογραφία von βίος, *bíos* =Leben' und Graphie, von γράφω *gráphō*, = ‚einritzen‘, ‚malen‘, ‚schreiben‘).

Biographiearbeit im eigentlichen, psychophysiologischen und persönlichkeitspsychologischen Sinne ist die Arbeit, die das Ich/die Ich-Prozesse des personalen **Leibsubjekts** leisten. Prozesse unbewusster und teilweise auch bewusster Informationsverarbeitung. Auf dem Lebensweg, der **Biosodie** (βίος, Leben, ὁδός, Weg) aktiv bewusst, rezeptiv bewusst und unbewusst aufgenommene Umwelteinflüsse und Materialien, die der **Leib** im Leibgedächtnis gespeichert hat (womit er „**informierter Leib**“ wird), werden dabei zu einer hinlänglich kohärenten **Lebensgeschichte**, einer **Biographie** (βίος, Leben, γραφή, Schreiben), verarbeitet. Das „**autobiographische Memorieren**“, im dritten Lebensjahr aufkommend, und die "Herstellung" einer "biographischen Erzählung" sind also Arbeitsprozesse des Subjektes, ein kognitives/metakognitives, emotionales, volitionales "processing".

"**Biographieerarbeitung**" heißt, aufgrund einer Übereinkunft in Vertrauen und Zuwendung, im Respekt vor der Integrität und Würde des Anderen g e m e i n s a m lebensgeschichtliche Ereignisse zu teilen und zu betrachten, um damit Biographie zu erarbeiten (nicht etwa zu bearbeiten), in selbstbestimmter Offenheit, Achtsamkeit und Wechselseitigkeit der PartnerInnen. Zielsetzung ist, dass jeder der Beteiligten seine Lebensgeschichte, sein Leben, seine Persönlichkeit besser in der und durch die Erzähl- und Gesprächsgemeinschaft mit dem Anderen vor dem Hintergrund der gegebenen Kultur und der Weltverhältnisse wahrzunehmen, zu erfassen, zu verstehen und zu erklären vermag im Sinne der '*Hermeneutischen Spirale*' der IT. Leben,

das **entfremdet** wurde, kann man sich ggf. in einer Neugestaltung wieder aneignen durch Offenlegung von Entfremdendem (Armut, Elend, Gewalt, Vereinsamung, Verstressung) in Akten der Befreiung. Denn diese verwandeln, sind schöpferisch, *ko-kreativ*. Aus solchen Erfahrungen gemeinsamer Hermeneutik, die in Konflux-Prozesse kokreativen Schreibens und kollektiv schöpferischer Kulturarbeit eingebettet sind, kann man einander besser verstehen lernen, wird es möglich, Menschen – und natürlich auch sich selbst in der eigenen Vielfalt – besser verstehen zu können. – Dem dient **Biographieerarbeitung**, die sich mit der natürlichen **Biographiearbeit** des **informierten Leibes** verbindet. - Biographiearbeit und -erarbeitung, führt immer ins Gespräch, ins Erzählen, in die Narrativität. Wir sprechen deshalb auch von „narrativer Biographiearbeit bzw. Biographieerarbeitung "

Biographisches Arbeiten **mit Anderen** und/oder an der eigenen Biographie unter **Beteiligung Anderer**, nicht zuletzt **des Anderen im Eigenen** (Ricoeur 1990; Petzold 2005p) ist eine lebenslange Aufgabe.

Biographie bezieht sich auf primär auf Vergangenes. **Biosodie** hingegen ist gelebtes, aktuell vollzogenes Leben (βίος) „auf dem WEGE“ (ὁδός), ein WEG, der von Gegenwärtigem, von lebendigem Geschehen in actu, von „Narrationen“ erfüllt ist, die dabei im Prozess zu Geschichte/Biographie werden. Der WEG führt in Zukünftiges, das mit einer guten „antizipatorischen Kompetenz“ absehbar ist und mehr oder minder gut planbar wird. Jede Zukunftsvorsorge muss auf diese lebenssichernden Fähigkeiten setzen oder jede Planung der Bildungs- und Berufskarriere. Damit kommt in jeder Biographie und **Biographieerarbeitung** ein prospektives Moment zum Tragen.

Wir machen **heute** Biographiearbeit, damit **morgen** und **überübermorgen** das Leben, das ohnehin weitergeht, besser, leichter, beglückter, sinnvoller, gesünder etc. voranschreiten kann. Und wir machen sie **gemeinsam** als **ko-kreativer** Prozess. Diese prospektive Dimension des Handelns und miteinander Arbeitens in der BA gilt es zu beachten.

Solche **Kokreativität** eröffnet auch in besonderer Weise Zugang zu der „heilenden Kraft des Schöpferischen“, durch die das *Selbst Künstler und Kunstwerk* zugleich wird und Gruppen, Gemeinschaften im Dienste einer humanen Gesellschaft in Prozesse des „*Konflux*“, d. h. in das Zusammenfließen aller Talente und Aktionen, eintreten und sich in **kollektiver Kokreativität** für eine bessere Zukunft einsetzen. Das

geschieht besonders in Gesprächs- und Erzählgemeinschaften, die ihre „antizipatorische Kompetenz“ nutzen und in Projektarbeit initiativ werden.

Biographiearbeit als „WEGbegleitung“, „Karrierebegleitung“ – Unterstützung für „Selbstlernen“ und „Weltlernen“

Biographieerarbeitung erfolgt im Zweiersetting und in Biographiegruppen und dabei geht es darum, die persönliche Biographie zu erinnern, Erinnerungsarbeit zu leisten, den Gedächtnisspeicher zu aktivieren und das Erinnerte zu sichten. Dann gilt es auszuwählen, was nützlich wäre zu teilen und was im Privaten verbleiben soll. Jeder betrachtet sein Leben, seinen Lebens-Weg wie ein **P a n o r a m a** unter drei Perspektiven:

1. Gute und glückliche Erinnerungen,
2. schlimme und belastende Erinnerungen,
3. Erinnerungen an Defizite, fehlende Erfahrungsmöglichkeiten.

Auf dem Boden dieser Lebensüberschau stellt jede Teilnehmerin und jeder Teilnehmer einen persönlichen Themenkatalog zusammen, aus dem man dann im Verlauf der Gruppenarbeit wichtige Schwerpunkte herausgreifen und bearbeiten kann.

In der **Biographiearbeit**, die auf das „**Selbstlernen**“ im lebensweltlichen Bezug, also auch auf „**Weltlernen**“ gerichtet ist, geht es um Weiterarbeit an schon vorhandener Biographie, die in *autobiographischer Reflexion* und in Gesprächen mit Menschen des Nahraums immer wieder betrachtet wird, mit dem Ziel eines besseren kognitiven und emotionalen **Selbstbezugs** durch wachsendes **Selbstverstehen**, verfeinerte **Selbstepathie** und vertiefte **Selbstliebe**. Es geht um eine **Hermeneutik des eigenen Lebensvollzugs mit Anderen und Anderem**. In der therapeutischen und agogischen Biographieerarbeitung kann damit begonnen werden, kann ein Leben „wie ein Text“ gelesen und verstanden werden, von KlientIn und TherapeutIn, Gruppenmitgliedern und anderen Anwesenden.

Biographie umfasst die Geschichte des eigenen Denkens (**intellektuelle Biographie**) und die Geschichte des eigenen Handelns, der Lebensarbeit, des „Werklebens“ (**poietische Biographie**) im sozialen und ökologischen Kontext/Kontinuum. Man richtet den verstehenden Blick auf das eigene Selbst und auf die Welt, den

Lebenszusammenhang, um eine persönliche Lebenskunst zu realisieren, in der man sich selbst, die anderen und die Welt erfährt. Man kommt also um die „**Selbsterfahrung**“ bei jedwedem Bemühen um Selbstentwicklung nicht herum.

Methodisch wird die narrative Biographiearbeit durch Dokumentation der Biosodie, das ist der vollzogene Lebensweg, unterstützt. Das geschieht durch kreative-mediale Arbeit: Lebensspanorama, Tagebucharbeit, Erzählen in „**dichten Beschreibungen**“. – Dabei kommt den sich entwickelten Bindungen zur Kernzone des sozialen Netzes, also zu Familie, Nachbarschaft, Freundeskreis, aber auch zum kindlichen Lebensraum, große Bedeutung zu, denn da entstehen „soziale Zugehörigkeit“, der familiäre Netzwerkbezug („meine Familie“, „meine Schulklasse“). Es entsteht auch das „Heimatgefühl“, die „Heimatbindung“ („unser Dorf“). „Heimweh“ und das Belastende des „Heimatverlustes“, des Verlustes der Familie oder der „Heimatlosigkeit“ zeigen die Bedeutung dieser Erfahrungen – von den gängigen Bindungstheorien werden Netzwerkbindung und ökologische Bindungen nicht oder zu wenig berücksichtigt.

Biographiearbeit ist „Psychoedukation in der Lebensspanne“

Der folgende Abschnitt stellt Materialien aus *Petzold, Orth, Sieper* (2021b) zusammen. PatientInnen und KlientInnen lernen durch „**Psychoedukation**“ die für sie selbst und für ihre Situation als relevant erkannten Faktoren selbstständig zu aktivieren und werden dadurch in der Bewältigung ihrer Situation unterstützt (*Behrendt, Schaub* 2005), was natürlich umso besser gelingt, je differenzierter ihre „**selbstepathische Kompetenz**“ ausgebildet ist. Schon sehr früh hat *Paul Dubois* (1908) – neben *Pierre Janet* (1909, 1919), *Paul Solier* (1893, 1897) und *Jacob L. Moreno* (1914, 1934, 1946) einer der frühen Pioniere einer eigenständigen, von *Freud* unabhängigen Form der Psychotherapie (*Müller* 2003) – einen Ansatz der *persuasiven Psychoedukation* entwickelt, der auch als Weg der „Selbsterziehung“ gesehen wurde – eine durchaus wichtige Perspektive. Man muss diesen Gedanken heute neu aufnehmen und in einem neuen Rahmen als „Selbstentwicklung“ oder „**Selbstverwirklichung mit Anderen**“ diskutieren, weil wir heute wissen, dass „**Selbstentwicklung ohne die Anderen**“ nicht nachhaltig gelingen kann. „Wege zu mir selbst“ gehen immer auch zum Anderen und realisieren sich in *Ko-responzenzen* und in *POLYLOGEN* mit Anderen auf gemeinsamen *WEGEN* (*Petzold, Orth* 2004b). Menschen sind soziale Wesen, in **Sozialisationsprozesse** eingebunden, in denen

und durch die sie „produktive Realitätsgestalter“ sind, wie *Klaus Hurrelmann* (2020), der bedeutende Sozialisations-theoretiker und -forscher, herausgearbeitet hat. Auch Psychotherapie und Biographiearbeit sind ein Sozialisationsgeschehen wechselseitiger Beeinflussung. Gelingen sie in emanzipatorischer Weise, können sich Menschen die Frage stellen: „Wie kann ich mit mir in einem guten Gemeinwesen weiterkommen, mich **zusammen mit** Anderen weiterentwickeln in eine gute Richtung? Die prekäre globale Weltlage lässt für weitblickende Menschen keine andere Sicht zu. Deshalb sollte – so unsere Position – persönliche und kollektive Entwicklung nicht in die Richtung einer einseitig leistungsbestimmten „Selbstoptimierung“ gehen, die im Risiko steht, selbstausbeuterisch zu entgleisen, ein „self enhancement“, ein medikamentöses gar (vgl. die Diskussion zum Hirndoping und Neuroenhancement, *Franke* 2019; *Gesing* 2020; *Hernandez* 2018), bis zur Erschöpfung, zum Burn-Out, zur Totalermüdung (*Han* 2010; *Petzold, van Wijnen* 2010). Eine gute Richtung sollte auch in integrativer Biographiearbeit im Sinne einer ethisch, humanitär, sozial und ökophil bestimmten „Selbstgestaltung in einem und mit einem konstruktiven Gemeinwesen“ realisiert werden als Arbeit an einem „Lebenskunstwerk“, das nicht solipsistisch, sondern „oikeiotisch“, d. h. im Lebenszusammenhang und verantwortlich für diesen gestaltet wird (*Petzold* 1999q, 2019d). Das sollte in Therapie, Agogik, Biographiearbeit eine „**agogische Psychoedukation**“, so nennen wir unseren Ansatz, anregen, wenn es der Kontext und der Prozess erlauben – Impulse zum Nachsinnen ohne missionarischen Gestus. Eine solche „agogische Psychoedukation“ darf deshalb nicht in einer individualistisch bzw. individualisierend ausgerichteten Weise angelegt sein, sie muss immer auch kollektive Dimensionen berücksichtigen. ... Die Verbindung von störungsbezogener psychologischer Fachinformation und person- und lebenssituationsbezogener Lebensberatung kennzeichnet unseren Ansatz „**agogischer Psychoedukation**“, wie er auch in unsere Biographiearbeit eingeht, wenn er auf „persönliche Bedeutsamkeit“ der Information abzielt und „intrinsische Motivationen“ wecken möchte, indem er sucht, Anschluss an persönliche Interessen, vitale Bedürfnisse, Grundbedürfnisse im Sinne des **Selbstbestimmungskonzeptes** von *Edward Deci* und *Richard Ryan* (2000, 2008; *Ryan, Deci* 2000) zu finden. Das ist ein etwas anderer Ansatz als der, der in der Verhaltenstherapie seit den 1980er Jahren mit der Psychoedukation entwickelt wurde und dort eine wichtige Behandlungsmodalität darstellt.

Der klinische Ansatz von Psychoedukation lässt sich mit dem der **„agogischen Psychoedukation“** und **integrativen Biographieerarbeitung** in unserem integrativen Modell, das ja auch eine starke klinische Orientierung ausgebildet hat, gut verbinden.

Agogik/Psychoedukation, Psychotherapie, Biographiearbeit, Soziotherapie und Supervision haben wichtige Schnittmengen: In all diesen Praxeologien geht es um „komplexes Lernen“ (*kognitives, emotionales, volitives, sensumotorisches*, Sieper, Petzold 2002; Chudy, Petzold 2011; Lukesch, Petzold 2011), in allen laufen die Prozesse über intersubjektive Beziehung (Petzold 1980g, 2012b; Petzold, Müller 2012b), in allen kommt die Mehrzahl der in dieser Arbeit beschriebenen Heil- und Wirkfaktoren zum Tragen (natürlich zentral Faktor 8). Schließlich teilen sie alle gemeinsame metatheoretische und theoretische Positionen wie Menschenbild, Weltbild und wie Entwicklungs-, Persönlichkeits-, Gesundheitstheorie (ders.1993a/2003a).

Literatur in: Petzold, H. G., Orth, I., Sieper, J. (2021b): Integrative Therapie der „Dritte Welle“ in einer „prekären, transversalen Moderne“ – Wege „personalisierter Psychotherapie“ als PRAXEOLOGIE der „17 Wirkfaktoren“ und differentieller „Bündel von Maßnahmen“. POLYLOGE Jg. 2021.

Biographiearbeit des Selbsts, mit sich selbst und mit Anderen, und Biographieerarbeitung mit anderen als geteilte biographische Erfahrung hat zum Ziel Selbst und Weltverstehen, Verstehen und Wertschätzung von Mitmenschen in einem lebenslangen Prozess zu fördern und zu vertiefen. Die Stoiker nannten das OIKEIOSIS und das ist – im Kern – Lebenskunst und Liebe des Lebendigen, Liebe zur Welt, aus dem sich die Verpflichtung zu einem „Caring for Nature and Caring for People“ ergibt.

Literatur: Petzold, H. G. (2016f): NARRATIVE BIOGRAPHIEARBEIT & BIOGRAPHIEERARBEITUNG in der Integrativen Therapie, Integrativen Poesie- & Bibliothherapie und in Schreibwerkstätten mit „kreativem Schreiben“ Praxeologisches Material zur Vor- u. Nachbereitung biographischen Arbeiten Hückeswagen: Europäische Akademie für biopsychosoziale Gesundheit und im Interent-Archiv „Heilkraft der Sprache“ 2/2016 <https://www.fpi-publikation.de/polyloge/12-2016-petzold-h-g-2016f-narrative-biographiearbeit-biographieerarbeitung-in-der/> ; gekürzt in: Petzold, Leeser, Klemptner 2018, 339 -370.

Das Audio des Online-Vortrags ist an folgender Stelle veröffentlicht:

<https://www.youtube.com/watch?v=i938cMBbxUA>

Zusammenfassung: Einführung in die Integrative Biographiearbeit (2022b)

Menschen entwickeln ihre Persönlichkeit, ihre Identität in ihrer Biographie und sie bilden Gesundheit und Krankheit in „verkörperter biographischer Erfahrung“ (embodiment) aus. „Biographiearbeit“, das Nachdenken über und Bearbeiten biographischer Erfahrungen, ist jedoch keineswegs nur therapeutische Arbeit, sondern eine Grundkompetenz jeglicher Arbeit mit Menschen. Das Online-Seminar entwickelt die Grundzüge psychoedukativer Biographiebegleitung, die mit kreativen Medien und Methoden, positivem Embodiment, salutogene Lebensstile und konstruktive Lebensführung fördert, ja die Entwicklung einer persönlichen „Lebenskunst“.

Schlüsselwörter: Biographie, Biographiearbeit, Embodiment, Psychoedukation, Integrative Therapie und Beratung

Summary: Introduction to integrative biography work (2022b)

People develop their personality, their identity in their biography and they develop health and illness in "embodied biographical experience" (embodiment). "Biography work", thinking about and processing biographical experiences, is by no means just therapeutic work, but a basic skill in any work with people. The online seminar develops the basics of psychoeducational biography support, which promotes the development of a personal "art of living" with creative media and methods, positive embodiment, salutogenic lifestyles and constructive lifestyles.

Keywords: biography, biography work, embodiment, psychoeducation, integrative therapy and counseling

Anhang

Curriculum der Kompaktweiterbildung:

Biographiearbeit und Lebensbegleitung im Integrativen Verfahren

Das Weiterbildungsangebot hat zum Ziel, ein zentrales Aufgabengebiet gesundheitsfördernder, therapeutischer und beraterischer Praxis – die Arbeit mit Belastungen und Problemen in der „persönlichen Biographie“ – in vertiefender Weise zu vermitteln. Immer wieder stehen Praktikerinnen aus beraterischen, besonders kreativ-, poesie- und naturtherapeutischen, aber auch tanz- und bewegungstherapeutischen Arbeitsfeldern vor der Aufgabe, Menschen in *aktuellen* persönlichen Belastungen oder Krisen beizustehen und ihnen für Probleme aus ihrer *Lebensgeschichte* Verarbeitungs- und Bewältigungshilfen zu geben. Dabei geht es nicht darum, *störungsspezifische Psychotherapie* anzubieten. Die liegt in den Händen der gesetzlich befugten Heilberufe. Aber es gibt eine Fülle lebens- und gesundheitsrelevanter Probleme in Biographien, die lösungs-, ressourcen- und potentialorientiert bearbeitet und integriert werden müssen, ohne dass dafür Psychotherapie indiziert oder zwingend notwendig wäre. Die „Entwicklungspsychologie der Lebensspanne“ und die „Salutogeneseforschung“ machen das gut ersichtlich. Die Formen der **Lebensberatung** haben seit der Antike (z. B. Epiktet, Seneca u.a.) wirksame Methoden und Techniken für diese Aufgaben gelehrt. Wir haben deshalb im „Integrativen Ansatz“ seit Jahrzehnten systematisch Formen und Methoden der **Biographiearbeit** und **Lebensbegleitung** entwickelt, die die Lücke zwischen Psychotherapie und Beratung füllen. Sie fallen nicht in den Bereich der Heilkunde und ermöglichen dennoch ein *biographisches Bearbeiten lebensbestimmender Belastungen*. In Österreich hat man diesen Bereich erkannt und sogar mit einem Gesetz zur „Lebensberatung“ geregelt. Wir greifen nicht so breit, sind dafür aber spezifischer und vermitteln mit dieser Kompaktweiterbildung, die – je nach Voraussetzung auch eine Ergänzungsweiterbildung für therapeutische Berufe sein kann – wirksame Konzepte und Praxiskompetenzen.

Seminar 1: „Mache Dich selbst zum Projekt!“

Integrative Biographiearbeit und Lebensbegleitung – Grundkonzepte und Methoden

Nichts geht ohne Biographie, denn der Mensch entwickelt sich auf dem Lebensweg als biographiebestimmtes Wesen, eingebettet (embedded) in soziale und ökologische Situationen durch Sozialisationsprozesse – förderliche und belastende. Sie werden internalisiert, interiorisiert, verkörpert (embodiment). So wird der Mensch „informierter Leib“, entstehen gesunde und auch gesunde-und-belastete, ggf. kranke Persönlichkeiten – so die Entwicklungs- und Persönlichkeitstheorie der Integrativen Therapie und Entwicklungsforschung. Belastungs-, Schutz- und Resilienzfaktoren kommen zum Tragen, aus denen sich Heil- und Wirkfaktoren zur Förderung und Begleitung gesunder Lebensstile und zum Meistern von Entwicklungsaufgaben ableiten lassen. Das Seminar vermittelt die Grundlagen Integrativer Biographiearbeit anhand der Reflexion der eigenen Biographie und des Konvois/Social Net, relevantes, auf moderne Forschung gegründetes Basiswissen, mit dem man „sich selbst zum Projekt machen“, vergangene, biographische Ereignisse bearbeiten und aktuelle Biographie gestalten kann“. – Das ist auch die „Philosophie“, die Leitidee dieser Weiterbildung.

Seminar 2: „Frage um Hilfe, wenn Du sie brauchst“

Verkörperte Geschichte, Hilfen für gesundheitsbewusste Lebensstile durch Methoden Integrativer Leibtherapie

Leibtherapeutische Interventionen für die psychotherapeutische, soziotherapeutische und natur- und kreativtherapeutische sowie beratende Praxis in Biographiearbeit und Lebensbegleitung sind Thema dieses Seminars. Die modernen Bio- und Neurowissenschaften bestätigen: jede Biographie berücksichtigende Therapie, Beratung, Intervention ist im Grunde Arbeit am wahrnehmungs-, erinnerungs- und ausdrucksfähigen „Leibe“. In diesem Seminar wird es darum gehen, den Leib als „Resonanzkörper“, als „informierten Leib“ in den Fokus zu nehmen, in den alle lebensgeschichtlichen Erfahrungen, die positiven, wie auch die belastenden und defizitären, das, was gefehlt hat, „eingeleibt“ (embodied) sind. Es werden Basiskonzepte der Integrativen Leibtherapie, die an den Wahrnehmungs-, Verarbeitungs- und Handlungs-Zyklus anknüpfen, vorgestellt und als Methoden der Biographiearbeit zugänglich gemacht. Im „eigenleiblichen Spüren“ können Ansätze für neues und gesünderes Verhalten im Fühlen, Denken, Wollen und Handeln entdeckt und vertieft werden, neues Embodiment geschieht. Das Seminar verbindet Selbsterfahrung, Übung, Methodik und Theorie und rüstet dafür aus „Hilfen zu geben und nach Hilfen zu fragen“ und das Gelernte in unterschiedliche Bereiche bzw. unterschiedliche Zielgruppen zu übertragen.

Seminar 3: „Nutze Gelegenheiten als Chance!“

Persönliche Integration in der Lebensspanne durch Entwicklungs- und Biographiearbeit mit kreativen Medien

Entwicklung ist ein lebenslanger kreativer, ko-kreativer Prozess (life span development), der für die Weiterbildung einer gesunden Persönlichkeit und Beziehungsfähigkeit beständige Differenzierungs- und Integrationsprozesse erfordert, die gut oder weniger gut gelingen können. Beides hinterlässt jeweils Spuren – sie werden für Gegenwart und Zukunft wichtig. Das Seminar vermittelt methodische und didaktische Konzepte und Modelle der Biographiearbeit, die hocheffektiven integrativen Methoden solcher Spurensuche und Nachwirkungsnutzung wie die Panoramatechnik, die kreative Introspektion (Auslotung) durch Arbeit mit „kreativen Medien“ (Bewegung, Malen, Poesie, Skulpturen), mit denen man ein gelingendes Leben gestalten, biographische oder aktuelle Belastungen zu bewältigen vermag und Lebenschancen nutzen kann. Die Umsetzung der Methoden in verschiedenen Feldern der Biographiearbeit wird erörtert.

Seminar 4: „Vertraue Deinem Gehirn und Deiner Vernunft!“

Biographiearbeit, verkörperte biographische Erfahrung (embodiment) in Psychoedukation und Lebensbegleitung – Hilfen für Krisen- & Belastungssituationen – Projektarbeit

Menschen entwickeln ihre Persönlichkeit, ihre Identität, ihre Zukunftsentwürfe in ihrer Biographie, die immer auch Realisierung einer Zukunft ist. „Verkörperte biographische Erfahrung“ (embodiment) erfordert „Biographiearbeit“: nicht nur als Nachdenken und als Bearbeiten biographischer Erfahrungen oder als Lösen von lebensgeschichtlichen Problemen, Bewältigen von Defiziten, sondern auch als Fördern von Gesundheit und Lebenssinn. Biographiearbeit ist auch Zukunftsarbeit für ein gelingendes Leben und deshalb eine Grundkompetenz jeglicher Arbeit mit Menschen. Sie greift weiter als klinisch orientierte Psychotherapie, die Heilungsprozesse fokussiert und um die aufgeführten Dimensionen ergänzt werden kann. Natur- und Kreativtherapien bearbeiten Biographien zur Klärung von Belastungen und Problemen und zum Erschließen einer

gesundheitsbewussten Lebensführung, zum Ermöglichen salutogener Lebensstile (enlargement, enrichment, empowerment) – letztlich, einer persönlichen „Lebenskunst“. Menschen lernen, „sich selbst zum Projekt zu machen“ und Situationen „als Chancen zu nutzen“. Dadurch wird ein Bewältigen (coping) belastender biographischer und aktueller Lebenserfahrungen möglich, ein Begleiten von Lebenskrisen, ein Fördern von Ressourcen und kreativen Potenzialen (creating). Dabei kommen alle im Curriculum vermittelten methodischen Instrumente Integrativer Biographiearbeit und Methoden psychoedukativer Biographiebegleitung und Lebensbegleitung für ein positives Embodiment so zum Einsatz, dass Menschen ihrem „Cerebrum“ und ihrer Vernunft (brain and mind) in guter Weise trauen lernen. Das Seminar bereitet auch die Vorbereitung eigener Projekte zur Biographiearbeit vor, die dokumentiert werden.

Zielgruppe:	Grundständige Kompaktschulung für pflegerische, pädagogische und Beratungsberufe und als Ergänzungscurriculum für kunst-, kreativ-, poesie, musik-, tanz- und naturtherapeutische Berufe
Form:	4 x 3 Tage
Leitung:	Prof. Dr. Hilarion Petzold, Dipl.-Sup. Ilse Orth MSc., Annette Höhmann-Kost
Ort:	Europäische Akademie EAG, Hückeswagen
Abschlüsse:	Zertifikat „BeraterIn für integrative Biographiearbeit & Lebensbegleitung“ bei Teilnahme an allen Seminaren, Kolloquium, 15 Std. Co-Counseling und einer schriftlichen Abschlussarbeit

Informationen zur Weiterbildung einschließlich Terminen und Anmeldeinformationen finden Sie auf unserer Webseite:

<https://www.eag-fpi.com/kurzzeitausbildungen/beratung-paedagogik/biographiearbeit-verkoerperte-biographische-erfahrung-embodiment-und-psychoedukation/>

Weiterführende Beratung:

Europäische Akademie EAG
 Dipl. Soz. Päd. Bettina Ellerbrock
 Telefon: 02192-858-16
 Email: ellerbrock@eag-fpi.de