



Europäische Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Naturtherapien und Kreativitätsförderung

## 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.



Europäische Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Naturtherapien und Kreativitätsförderung

### **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



Europäische Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Naturtherapien und Kreativitätsförderung

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
Gebühr:	1.200,- € (4 x 300,- € pro Seminar) plus ÜVP
Leitung:	Dipl. Psych. Ilse Everding, Dipl. Psych. Jürgen Kramer, Dipl. Sup. Annette Höhmann-Kost
Ort:	Hückeswagen
Abschlüsse:	Teilnahmebescheinigung oder Zertifikat „BeraterIn für integrative Biographiearbeit & Lebensbegleitung“ bei Teilnahme an allen Seminaren, Kolloquium (250,- €), 15 Std. Co-Counselling und einer schriftlichen Abschlussarbeit



Europäische Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Naturtherapien und Kreativitätsförderung

Informationen zur Weiterbildung einschließlich Anmeldeinformationen finden Sie auf unserer Webseite:

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

### **Weiterführende Informationen und Beratung**

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