

Das (Lehr-)Trainerinnen Team
von **LebensMutig**
Gesellschaft für Biografiearbeit e.V.



Erika Ramsauer MTD, Salzburg
Dipl. Lebens- und Sozialberaterin,
Supervisorin, Psychologische Beraterin
www.erikaramsauer.at



Gesine Hirtler-Rieger, Vilshofen
M.A. Germanistin, Schreibtrainerin,
freie Journalistin
www.schreibwerkstatt-passau.de



Isabell Funk, Rödersheim-Gronau
Heilpraktikerin, Physiotherapeutin
www.naturheilpraxis-funk.de



Ruth Bühler-Schuchmann, Fürth
Systemisch-lösungsorientiertes Coaching,
Dozentin für Pflegeberufe
www.heute-gestern-morgen.info



Sylvie Dellemann, Fulda
Sozialpädagogin B.A.,
Systemisch Spirituelle Coachin
www.OmaLotti.de

Biografiearbeit

kennenlernen – ausprobieren – reflektieren

In diesem Lehrgang lernen Sie Biografiearbeit nach LebensMutig e.V. kennen. Sie befassen sich mit Ihrer eigenen Lebensgeschichte und lassen sich von den Lebensgeschichten anderer beschenken. Sie erleben, wie Biografiearbeit wirkt und erfahren, wie Sie biografische Angebote planen und anleiten können. Durch Impulsvorträge, Übungen und Gespräche im virtuellen Seminarraum erhalten Sie eine Fülle von Anregungen und erweitern so Ihre methodische Kompetenz. Zwischen den Modulen vertiefen Sie die Inhalte in selbstorganisierten Kleingruppen (Peergroup).

Mit einem eigenen Praxisprojekt, das Sie idealerweise nach dem Didaktik-Modul einplanen, erhalten Sie das Zertifikat.

- Online-Lehrgang: via Zoom - ortsungebunden & von zuhause aus
- Begleitung durch **zwei Trainerinnen** pro Modul
- PC/Laptop mit Kamera & Mikrofon erforderlich (*die Teilnahme mit einem Tablet/Smartphone ist nicht möglich*)
- Investition: 225€ pro Modul
- Frühbucherrabatt bis 01.08.2024: 210€ pro Modul
- Zeiten: jeweils Donnerstag 15.00 Uhr -19.00 Uhr und Freitag 9.00 Uhr -17.30 Uhr sowie regelmäßige Reflexionstreffen in der Peergroup



Info & Anmeldung

www.lebensmutig.de

erika.ramsauer@lebensmutig.de

ONLINE Zertifikats-Lehrgang



Biografiearbeit mit biografischem Schreiben

2024/2025



Modul 1 **12.-13.09.2024**
Mein Koffer der Möglichkeiten
Grundlagen der Biografiearbeit
Erika Ramsauer & Sylvie Dellemann

Den eigenen Lebensweg reflektieren und verstehen, einen roten Faden darin erkennen und das Leben in größere Zusammenhänge stellen - darum geht es in der Biografiearbeit. Wer sich in seiner Geschichte gut verwurzelt weiß, wird sich seiner Werte und Ziele im Heute bewusst und sieht, welche Schritte für die Zukunft Sinn machen. In diesem Seminar erproben und reflektieren Sie Methoden, entdecken Ihre Kraftquellen, erhalten theoretische Grundlagen der Biografiearbeit und lernen Themen, Arbeitsfelder und Zielgruppen kennen.

Modul 2 **10.-11.10.2024**
Miteinander sprechen! Wieso? Weshalb? Wofür?
Kommunikation & Zeitgeschichte in der Biografiearbeit
Gesine Hirtler-Rieger & Sylvie Dellemann

Lebensschätze erinnern und erzählen: In der Biografiearbeit nehmen Sie das Kostbarste in den Blick, was Menschen haben – Ihr Leben. In diesem Modul erleben Sie, dass die Kraft der Fragen Sie zu Ihren Ressourcen führen können. In achtsamer und wertschätzender Atmosphäre erschließen Sie sich Möglichkeitsräume der Erinnerung - sowohl im persönlichen als auch im zeitgeschichtlichen Kontext. Auf der Metaebene vergleichen Sie unterschiedliche Kommunikationstheorien und -modelle. Gemeinsam erarbeiten Sie ein Kommunikationsbuffet mit Anregungen für Ihr praktisches Tun.

Modul 3 **28.-29.11.2024**
Die Farben meines Lebens
Biografische Selbstreflexion
Ruth Bühler-Schuchmann & Isabell Funk

Um Biografiearbeit gut anleiten zu können, ist es hilfreich, die eigene Lebensgeschichte auch schreibend zu reflektieren: Was hat mir ein geliebter Mensch für mein Leben mitgegeben? An welchen Orten konnte ich Kraft tanken? Wie wird das heute für mich wirksam? Im Erinnern und Reflektieren können wir „biografische Kompetenz“ erwerben. Durch Schreibimpulse, Gespräche und Theoriehäppchen erhalten Sie Anregungen, um das Heute aus Ihrer persönlichen Geschichte heraus zu betrachten. Das stärkt Sie für zukünftige Schritte.

Modul 4 **13.-14.02.2025**
Planen leicht gemacht
Didaktik der Biografiearbeit
Erika Ramsauer & Ruth Bühler-Schuchmann

Eine sorgfältige, klare Planung hilft, Angebote der Biografiearbeit sicher und flexibel durchzuführen. Dadurch bekommen Sie Orientierung und Ermutigung zur Umsetzung ihrer Ideen. Sie lernen einen Leitfaden für die didaktische Planung biografischer Angebote kennen:

- Themenfindung
- Zielentwicklung
- Auswahl der Inhalte und passender Methoden
- Ablaufplanung

Sie erproben diesen Leitfaden, indem Sie einen ersten Entwurf für Ihr Praxisprojekt entwickeln. Eine Reflexion der Arbeitsschritte rundet die gemeinsame Arbeit ab.

Modul 5 **13.-14.03.2025**
Mit Mut und Methode
Kreative Methoden der Biografiearbeit
Gesine Hirtler-Rieger & Sylvie Dellemann

Vielfältige Möglichkeiten eröffnen neben dem Erzählen weitere Zugänge zum eigenen Leben. Mit Impulsen zum biografischen Schreiben, mit Fundstücken, Musik und Fotos finden Sie leichtfüßig und ausdrucksstark eine Sprache für das, was Sie selbst ausmacht. Gemeinsam probieren Sie in Kleingruppen die Anregungen aus, entwickeln eigene Variationen und sprechen darüber, was für Sie und Ihre Zielgruppe passt. So bestücken Sie Ihren Werkzeugkoffer für den lebensbegleitenden und/oder beruflichen Alltag - mit allen Sinnen, humorvoll und wertschätzend.

Modul 6 **22.-23.05.2025**
Es hat sich bewährt, wenn man anfängt!
Werkstatt Biografiearbeit mit Projektreflexion
Erika Ramsauer & Isabell Funk

Bei der Abschlusswerkstatt präsentieren Sie Ihr Praxisprojekt und erleben dabei die Ideenvielfalt durch die Projekte der anderen Teilnehmenden. Sie erhalten konstruktive Rückmeldungen durch die Gruppe und die Leitung. Sie bekommen Anregungen für die weitere praktische Arbeit und schließen den Lehrgang inspiriert ab – natürlich inklusive einer würdigen und freudvollen Verleihung der Zertifikate.