

Was in mir will noch werden?

Biografiearbeit für Psychotherapeut:innen und Berater:innen ab ca. 50 Jahre

Noch bist du da...wirf deine Angst in die Luft ... sei was du bist, gib was du hast!

Diese Worte aus einem Gedicht von Rose Ausländer sowie der existenzanalytische Ansatz, das Eigene zu finden, wertzuschätzen und nach außen hin zu vertreten, leiten uns bei der Biografiearbeit.

Wir werden uns der Kunst des Älterwerdens zuwenden: In einer kleinen Runde von max. 6 Menschen lauschen wir den einzelnen Biografien und – ähnlich der Vorgangsweise in einer Fall-Supervision – schauen wir, was uns berührt und wie die jeweils einzigartige Geschichte bei uns ankommt. Anhand bestimmter Fragestellungen geben wir der Erzählerin, dem Erzähler Rückmeldung. Es geht dabei nicht um Vollständigkeit der Biografie (erzählt wird nur was erzählt werden möchte) denn für den phänomenologischen Blick ist das Ganze auch im Detail zu finden. Wertschätzung für das eigene Leben zu entwickeln, Muster zu erkennen, liegengelassene Fäden wiederaufzugreifen, bisher nicht verwirklichte Träume zu leben – und noch vieles mehr kann Frucht dieser speziellen Biografiearbeit sein.

Ziel: Das eigene Älterwerden durch Innehalten und Neu-ausrichten annehmen können. Diese Herangehensweise bzw. Elemente daraus können dann ggf. auch in der Therapie / Beratung mit den eigenen Klientinnen und Klienten angewandt werden.

Do, 25.09.2025 18:30 – 20:30 Uhr Einführungsabend:

Erste Anregungen für die Herangehensweise an die eigene Biografie: Finden von Gesetzmäßigkeiten im Lebenslauf und Möglichkeiten der Gliederung

Fr, 10. und Sa, 11.10.2025 (jeweils 9:00 – 18:00) Workshop:

Erzählen der Biografien, Feedback

Abschlussabend (Termin wird mit der Gruppe vereinbart): Mit ein wenig Abstand blicken wir noch einmal auf die Arbeit an der Biografie: Wie lässt es mich zurück? Was nehme ich mit?

Erika Salzmann, MSc, Psychotherapeutin (EA), Supervisorin und Coach in freier Praxis in Innsbruck, Ausbilderin der GLE-Ö, Biografie-Beraterin, www.erikasalzmann.com

Ort: Praxis Erika Salzmann, Maximilianstraße 2 / 375 in Innsbruck, Kosten: € 290,-

Anmeldung & weitere Information: praxis@erikasalzmann.com, Tel: +43(0)676/9345100