

Handout zum Workshop:

BIOGRAFIEARBEIT IM LEBENSHAUS EINE MODERNE MINDMAP METHODE

Für mehr Ordnung, Leichtigkeit und Prozessbeschleunigung in Therapie und Coaching

Mit der Biografiearbeit im Lebenshaus kommen wir zwei Kraftwirksamkeiten in unserem Leben auf die Spur. Einerseits gibt es da die Einflüsse und Prägungen unserer Vergangenheit, hier treffen wir auf unser Vergangenheits-Ich. Andererseits hören wir ihn immer wieder den Ruf unseres Zukunfts-ICH. Wie kann es gelingen, dass unser Leben immer mehr unser authentisches eigenes Leben werden kann und wir immer mehr zum aktiven Gestalter unserer Biografie werden können?

PARTNERÜBUNG IM WORKSHOP

Nimm dir einige Minuten Zeit für die nachfolgende Frage und tausche dich dazu mit deiner Nachbarin, deinem Nachbarn aus:

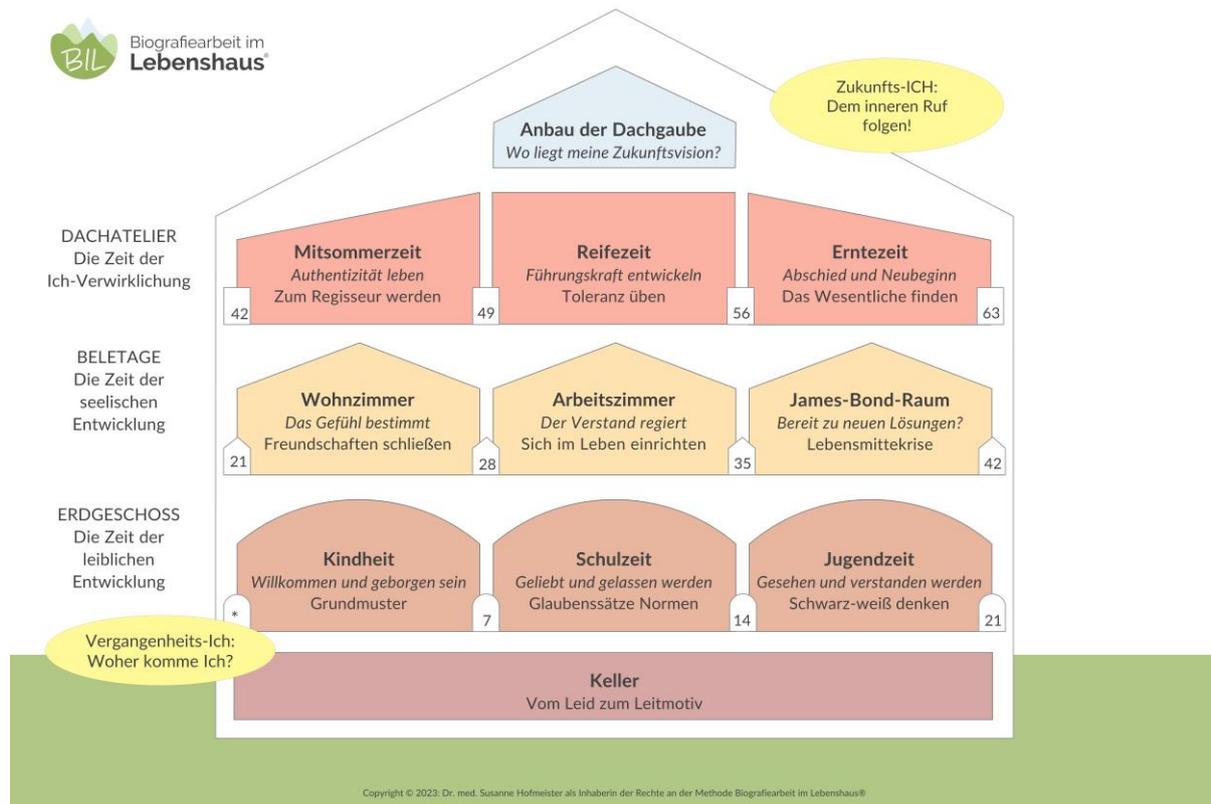
- Wann, in welcher Umgebung, mit welchen Menschen, bei welchen Tätigkeit fühlst du dich zufrieden?
- Wovon soll es in Zukunft in deinem Leben weniger geben?
- Wovon soll es in Zukunft in deinem Leben mehr geben?

BIOGRAFIEARBEIT IM LEBENSHAUS

Mit der der Biografiearbeit im Lebenshaus kommen wir der Kraft des Ich auf die Spur.

Die 9 Lebensräume, die wir von der Geburt bis zum 63. Lebensjahr durchlaufen, haben allgemeingültigen Entwicklungsthemen, ihre eigenen Stärken und Herausforderungen. Das Erdgeschoss bildet die ersten 21 Jahren ab, den Boden des Lebens mit den 3 Räumen der Kindheit, Schulzeit und Jugend. In der Beletage der seelischen Entwicklung zwischen 21-42 richtet man sich in seinem Leben ein. Für die Potentialentfaltung nach 42, das Dachatelier, braucht es oft erst eine Krise, die über den Wäscheschacht unsanft in den Keller mit seinen versteckten Lebensthemen führt. Danach kann das Dachatelier zu drei Räumen einer kraftvollen Selbstverwirklichung ausgebaut werden. Nach der Pflicht kommt die Kür: Die Dachgaube nach 63 öffnet den Sonnenraum zum 4. Lebensalter.

DAS LEBENSHAUS ALS MODERNE MINDMAP FÜR ÄRZTE, THERAPEUTEN UND BERATER



BIOGRAFIEARBEIT IM LEBENSHAUS FORTBILDUNG

Die Biografiearbeit im Lebenshaus Fortbildung findet **einmal im Jahr, an 4 Wochenenden, vor Ort in Heidelberg und einmal im Jahr digital** statt. Auf meiner Webseite können Sie sich Bewertungen durchlesen, Erfahrungsberichte von Teilnehmerinnen und Teilnehmern als Video anschauen und einen Termin zum Kennenlernen mit mir vereinbaren.

Bei einer Teilnahme erhalten Sie 80 (vor Ort) bzw. 40 (digital) ärztliche **Fortbildungspunkte**, mit einem Thema, das Ihnen und Ihren Patienten gut tut. Aktuelle Termine und weitere Informationen finden Sie auf meiner Webseite:



WWW.SUSANNEHOFMEISTER.DE

Ich freue mich darauf, Sie kennenzulernen und über die Anwendung der Biografiearbeit im Lebenshaus in Ihrem beruflichen Kontext ganz individuell zu sprechen.

WAS SIE FÜR IHRE ARBEIT MITNEHMEN WERDEN

- Strukturierte Darstellung im Lebenshaus erleichtert die Anamnese
- Biographische Zusammenhänge tiefer verstehen
- Die Bedeutung der Transformationsknoten für die persönliche Entwicklung
- Vermittlung der Ich-Ebene unterstützt Selbstwirksamkeit
- Das Lebenshaus beschleunigt die Prozesse in der ganzheitlichen Diagnostik und Therapie
- Selbstverständliche Integration einer modernen spirituellen Lebenshaltung

WAS SIE PERSÖNLICH MITNEHMEN WERDEN

- Gesunde Distanz bei professioneller Nähe zwischen Patient und Therapeut
- Vereinfachung der sozialen Prozesse durch das Wissen um, und das Verständnis für die biografischen Gesetzmäßigkeiten
- Professionelle ICH-Haltung schützt vor Burn-out
- Die Unterscheidung zwischen seelischer und ICH-Ebene schenkt eine neue Souveränität
- Den Weg hin zum Freudevollen Älterwerden in jedem Alter
- Ganz praktischer Bezug durch freiwillige Demos mit Teilnehmern

WAS SIE FÜR IHRE KLIENTEN MITNEHMEN WERDEN

- Den roten Faden im Leben erkennen unterstützt die Salutogenese
- Zusammenhänge vermitteln Sinnhaftigkeit
- Konkret ins Tun kommen und dem eigenen Zukunfts-ICH entgegengehen
- Ausrichtung auf die eigene Zukunft verstärkt die Selbstwirksamkeit
- Die Chance in der Krise/Krankheit entdecken
- Leichteres Verstehen von psychosomatischen Zusammenhängen

VITA: DR. MED. SUSANNE HOFMEISTER

Entwicklung und Fortbildung der Methode Biografiearbeit im Lebenshaus für Therapie und Beratung, Coachin für Biografiearbeit im Lebenshaus[®] mit PEP[®] in eigener Privatpraxis in Heidelberg, Ärztin für Anthroposophische Medizin, geb. 1962.

Vortragstätigkeit, Seminarleitung, Autorin der Bücher: „Mein Lebenshaus hat viele Räume“, Kösel Verlag, 2019 und „Wo stehe ich und wo geht's jetzt hin“, GU-Verlag 2014.



GEDICHTE UNTERSTÜTZEN DEN PROZESS DER BIOGRAFIEARBEIT IM LEBENSHAUS

Stufen

Wie jede Blüte welkt und jede Jugend
Dem Alter weicht, blüht jede Lebensstufe,
Blüht jede Weisheit auch und jede Tugend
Zu ihrer Zeit und darf nicht ewig dauern.
Es muss das Herz bei jedem Lebensrufe
Bereit zum Abschied sein und Neubeginne,
Um sich in Tapferkeit und ohne Trauern
In andre, neue Bindungen zu geben,
Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne,
Der uns beschützt und der uns hilft zu leben.

Wir sollen heiter Raum um Raum durchschreiten,
An keinem wie an einer Heimat hängen,
Der Weltgeist will nicht fesseln uns und engen,
Er will uns Stuf' um Stufe heben, weiten.
Kaum sind wir heimisch einem Lebenskreise
Und traulich eingewohnt, so droht Erschlaffen;
Nur wer bereit zu Aufbruch ist und Reise,
Mag lähmender Gewöhnung sich entrafen.

Es wird vielleicht auch noch die Todesstunde
Uns neuen Räumen jung entgegen senden,
Des Lebens Ruf an uns wird niemals enden ...
Wohlan denn, Herz, nimm Abschied und gesunde!

Hermann Hesse