



Michael U. Baumgartner  
info@derentwickler.ch  
www.derentwickler.ch

## Information für Klientinnen und Klienten der Biographiearbeit

### Was ist Biographiearbeit

Biographiearbeit ist eine vertiefte und strukturierte Auseinandersetzung mit der individuellen Biographie auf den Grundlagen der Anthroposophie. Sie hat insofern einen therapeutischen Charakter als sie hilft schwierige Situationen in der Biographie aufzuarbeiten um Ressourcen und Potentiale zu entwickeln. Das kann besonders bei Herausforderungen wie z.B. Krankheit resp. Verlust (Lebenskrisen) indiziert sein. Dabei geht es weniger um *das Warum* einer solchen Krise als um *das Wozu*. Zeitpunkt und Art der Krise werden dafür biographisch reflektiert. Welche Wege sich durch die Krise auftun, welche Ressourcen und neue Handlungsspielräume möglich werden kann sich in der Auseinandersetzung mit der eigenen Biographie offenbaren. Ich richte meine Biographiearbeit nach unterschiedlichen Schwerpunkten aus, je nach Anliegen und Fragestellung(en) der Klientin / des Klienten. Diese Ausrichtungen sind folgende:

- > **Arbeit zwischen Selbstverwirklichung und Brotjob:** Ziele: Arbeit neu begreifen und einen befriedigenden Umgang mit den neuen Arbeitsrealitäten finden, Inhalte: die drei Arten der Arbeit, die eigene berufliche Biographie, Glaubenssätze & Einstellungen bezüglich Arbeit, ...
- > **Das Ende am Anfang; Biographiearbeit ab Lebensmitte:** Ziel: bewusste Lebensgestaltung ab der Lebensmitte, Inhalte: Zukunftsaspekte in der Gegenwart, ergreifen & loslassen neu begreifen, die Kräfte der aussersonnigen Planeten, ...
- > **Das Leben als Schulungsweg; Menschsein heute:** Ziel: Zugänge zum höchsten Ich; Inhalte: anhand eines Evangeliums den Christus-Impuls im eigenen Leben finden und integrieren zur bewussten Schicksalsgestaltung, die Widersacher-Mächte erkennen und den Umgang finden, ...
- > **Biographiearbeit zur Ich-Entwicklung:** Ziel: Die Entwicklung des Ich (höheren Selbst), Inhalte: u.a. bewusste Lebensgestaltung, Demut & Ehrfurcht, die Persönlichkeitsaspekte, Ätherarbeit, ...
- > **Ord nende Biographiearbeit (die klassische Biographiearbeit):** Ziel: das eigene Leben ordnen & Frieden schliessen, Inhalte: u.a. die ‚roten Fäden‘ finden und verknüpfen, abschliessen: wertschätzen & loslassen, die Perlen finden, Achtsamkeit & Dankbarkeit entwickeln ...

### Ziele der Biographiearbeit

Neben individuellen Fragen und Anliegen hat Biographiearbeit folgende Ziele: Lebensereignisse besser einordnen können, Übergänge im Leben verstehen und gestalten, individuellen Handlungsspielraum im Leben grundsätzlich und speziell in der aktuellen Situation erweitern, handlungsaktiv eventuelle Blockaden angehen und eigene Möglichkeiten ausschöpfen. In diesem Sinne versteht sich Biographiearbeit als Hilfe zur Selbsthilfe, zur erhöhten individuellen Selbsteffektivität.

### Arbeitsweise in der Biographiearbeit

Obwohl Biographiearbeit keine Psychotherapie ist, finden unterschiedliche gesprächs- und psychotherapeutische Methoden sowie körper- und wahrnehmungsorientierte Ansätze Anwendung. In der Biographiearbeit wird Wert auf ein vertieftes Verständnis für biographische Entwicklung gelegt. Sie hat somit auch einen Bildungscharakter.

### Selbstarbeit und Abschluss der Biographiearbeit

Selbstarbeit (Forschungsfragen) nach einer Sitzung hilft den Bogen zur nächsten Sitzung zu spannen. So gewonnene Erkenntnisse werden gemeinsam reflektiert.

Die Biographiearbeit wird beendet, wenn der Klient / die Klientin gemeinsam mit mir zur Einschätzung gelangen, dass die Ziele des gemeinsamen Prozesses erreicht sind oder die Möglichkeiten der Biographiearbeit sich erschöpft haben. Entsprechend kann die Biographiearbeit zu jedem Zeitpunkt abgeschlossen werden.

### Sorgfalts- und Schweigepflicht

Heilung ist ein Prozess. Heilungsprozesse können schmerzvolle Momente zur Folge haben. Heilungsschmerzen, so unumgänglich sie sein können, werden von mir – wie der ganze Biographiearbeitsprozess - mit größter

Sorgfalt begleitet. Dabei ist es jedoch essentiell, dass der Klient / die Klientin Mitverantwortung für den eingeschlagenen Heilungsprozess übernimmt; entsprechende Rückmeldungen an mich sind Teil davon.

Auch ich als Biographiearbeiter unterstehe der gesetzlichen Schweigepflicht.

### Ihr Biographiearbeiter

Ich bildete mich u.a. am San Francisco General Hospital zum Spitalseelsorger (CPT) weiter und in der Schweiz in Biographiearbeit bei Judith Brand (Heilpädagogin, Maltherapeutin und Biographiearbeiterin) - basierend auf den Grundlagen von Dr. Rudolf Steiner. Nach dem Studium der Sozialen Arbeit in Bern, London und Berlin arbeitete ich u.a. als klinischer Sozialarbeiter in der Psychiatrie und in der Gesundheitsförderung. Ich bildete mich weiter unter anderem in externalisierter Emotionsarbeit bei Dr. Elisabeth Kübler-Ross, in Neurolinguistischem Programmieren (NLP) am Institut für Psychotrauma und in neuro-systemischem Coaching bei Dr. Gunter Schmidt sowie im Züricher Ressourcenmodell bei Dr. Maja Storch. (s. auch [www.derentwickler.ch](http://www.derentwickler.ch))

### Qualitätssicherung

Meine Biographiearbeit wird kontinuierlich fachlich reflektiert in fallbezogenen Supervisionen.

### Art, Umfang und Kosten

Biographiearbeit kann über persönliche Gespräche vor Ort oder eine Konferenzschaltung (Computer oder Telefon) durchgeführt werden. Dabei bestimmt die Klientin / der Klient den Umfang des Biographiearbeitsprozesses entsprechend den individuellen Anliegen und Möglichkeiten und in Absprache mit mir.

Eine Sitzung dauert normalerweise eineinhalb Stunden. Als Richtpreis gilt folgender Betrag pro Stunde: CF 60.--

Höhere Beträge helfen tieferer aufzufangen!

Biographiearbeit ist keine krankenkassenpflichtige Leistung! *Anthrosana* und die *Eidgenössische Gesundheitskasse (EGK)* leisten jedoch einen Beitrag an Biographiearbeit. Fragen Sie am besten bei Ihrer Zusatzversicherung nach.

### Kontaktaufnahme, Ort & An- und Abmelden

Termine vereinbaren, verschieben oder annullieren via [info@derentwickler.ch](mailto:info@derentwickler.ch)

Vor Ort ist Biographie in Zürich und bei Bern möglich.

Bei Abmeldungen innerhalb von 24 Stunden vor Terminbeginn, wird die gebuchte Zeit in Rechnung gestellt, sollte kein Ersatz gefunden werden.