

LebensMutig – Lehrgang Biografiearbeit

Den roten Faden im Leben finden

Fr, 11.09.2020 - Sa, 12.09.2020

Grundlagen der Biografiearbeit

Einführung und Überblick: Was ist Biografiearbeit? Welche wissenschaftlichen Grundannahmen liegen ihr zugrunde? Bei welchen Themen und in welchen Arbeitsfeldern hat sie sich bewährt? Auf diese Fragen gibt das Modul eine Antwort. Gleichzeitig erleben und erproben Sie anregende Methoden der Biografiearbeit, zur Arbeit mit verschiedenen Zielgruppen.

Heute bin ich grün gestreift

Fr, 20.11.2020 - Sa, 21.11.2020

Biografische Selbstreflexion

Der Blick aufs eigene Leben: Wer biografisches Arbeiten anleiten möchte, tut gut daran, sich auch mit dem eigenen Leben zu beschäftigen. Behutsame Impulse und anregende Methoden laden Sie dazu ein, einzelne Aspekte von Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft Ihres Lebens anzuschauen.

Lebensschätze erinnern und erzählen

Fr, 22.01.2021 – Sa, 23.01.2021

Kommunikation & Zeitgeschichte

Lebensschätze erinnern und erzählen: In der Biografiearbeit nehmen Sie das Kostbarste in den Blick, was Menschen haben – ihr Leben. Deshalb brauchen biografische Erzählsituationen eine besondere Sorgfalt. Sie erfahren bedeutsame theoretische Grundlagen und reflektieren Besonderheiten der Kommunikation. Wie lassen sich gewinnbringende Gesprächsrunden gestalten?

ZUSATZMODULE Biografiearbeit

TRAIN THE TRAINER



Ihr Auftritt bitte!

Sa, 08.05.2021 - So, 09.05.2021

Als Trainer*in im Rampenlicht

Für Ihren Erfolg als Trainer*in brauchen Sie:

- einen klaren Auftritt: Körpersprache, Stimme, Ausdruck
- eine beeindruckende Wirksamkeit: Gelassenheit, Authentizität, Präsenz
- ein souveränes Selbstverkaufskönnen: Selbstwert, Wertschätzung, Verhandlungsstrategie

Das Train the Trainer Seminar macht Sie fit für sicheres Auftreten und gutes Selbstmarketing.

In der Gruppe reflektieren Sie Ihren persönlichen Stil und bekommen praktisches Handwerkszeug für Ihre Wirksamkeit. Sie bekommen Tipps und Tricks, wie Sie Stress reduzieren und heikle Situationen souverän meistern können.

Einige Programmpunkte:

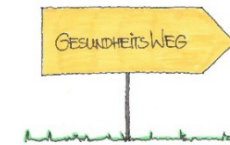
- Atmung, Stimme & Artikulation spielerisch einsetzen
- Selbstüberzeugungsarbeit leisten & Wirkung erzielen
- Theorie & Praxis zum Selbstverkaufskönnen
- Rollenklarheit als TrainerIn erwerben
- Ernstfälle ausprobieren & kollegiales Feedback bekommen

Jetzt anmelden und erleben, wie viel Freude es macht, wenn Sie eindrucksvoll und selbstsicher Ihr Thema auf die Bühne bringen!

Trainerin **Susanne Hölzl**

ZUSATZMODULE Biografiearbeit

BIOGRAFIEARBEIT & GESUNDHEIT



GesundheitsWeg

Sa, 30.01.2021 - So, 31.01.2021

Biografiearbeit ist gesundheitsfördernd

Nach dem Modell der Salutogenese sind wir nie nur krank oder gesund.

Wir bewegen uns zwischen den beiden Polen Krankheit oder Gesundheit.

Nehmen Sie sich diese beiden Tage Zeit!

Mit kreativen Methoden der Biografiearbeit

- spüren Sie, was Ihnen GUT TUT
- erkennen Sie, was Sie auf Ihrem GesundheitsWeg unterstützt und stärkt
- erfahren Sie, wie Sie das in Ihrem Alltag umsetzen können
-

Wer heute keine Zeit für seine Gesundheit hat, wird später viel Zeit für seine Krankheiten brauchen.

Pfarrer Sebastian Kneipp

Trainerinnen **Andrea Parzefall & Agnes Stimmelmayer**

Werk - Zeug - Koffer

Fr, 12.03.2021 - Sa, 13.03.2021

Kreative Methoden der Biografiearbeit

Mit Mut und Methode: Jeder Mensch hat seine eigenen Zugänge zum Erinnern. Deshalb braucht Biografiearbeit methodische Vielfalt: erzählerische, spielerische und gestalterische Methoden. In diesem Modul erleben Sie unterschiedliche Materialien und Methoden, probieren sie aus und finden so heraus, was zu Ihnen passt. Sie reflektieren Variationsmöglichkeiten und besprechen die Anwendung für unterschiedliche Zielgruppen.

Gut geplant ist halb gewonnen

Fr, 11.06.2021 - Sa, 12.06.2021

Didaktik der Biografiearbeit

Eine sorgfältige, klare Planung hilft, Angebote der Biografiearbeit sicher und flexibel durchzuführen und den Teilnehmenden Orientierung und Ermutigung zu geben. Sie lernen einen Leitfaden für die didaktische Planung biografischer Angebote kennen - von der Themenfindung bis zur Zielentwicklung, Auswahl der Inhalte und passender Methoden bis hin zu einer Ablaufplanung. Sie erproben diesen Leitfaden, indem Sie einen ersten Entwurf für Ihr Praxisprojekt entwickeln. Eine Reflexion der Arbeitsschritte rundet die gemeinsame Arbeit ab.

Es hat sich bewährt, wenn man anfängt!

Fr, 23.07.2021 - Sa, 24.07.2021

Werkstatt Biografiearbeit mit Projektreflexion

An der Abschluss-Werkstatt kann teilnehmen, wer alle fünf Module besucht hat, ein eigenes Projekt zur Biografiearbeit durchgeführt und dokumentiert hat. Dieses wird vorgestellt, besprochen und wertschätzend reflektiert.

Zum Abschluss gibt es das LebensMutig-Zertifikat.

ZUSATZMODULE Biografiearbeit

Organisatorisches

Zeitraumen

Beginn jeweils Samstag 14:00 Uhr

Ende Sonntag 17:00 Uhr

Kosten

Zusatzmodule: je 300,00 €

Preis inkl. Vollpension im Doppelzimmer mit Dusche.

Anmeldung

jeweils 10 Tage vor Beginn des Seminars unter anmeldung@lvhs-niederalteich.de

Weitere Informationen

finden sie unter www.lebensmutig.de und www.lvhs-niederalteich.de



Die Seminare zur Biografiearbeit sind Kooperationsveranstaltungen der Landvolkshochschule St. Gunther und LebensMutig – Gesellschaft für Biografiearbeit e.V.

ZUSATZMODULE Biografiearbeit

BIOGRAFISCHES SCHREIBEN

Leuchtpuren gestern – heute - morgen

Fr, 17.04.2021 - Sa, 18.04.2021

Schreiben: Inspiration und Handwerk

Plötzlich überfällt er uns - der Duft von Dampfnudeln,



der uns zurück in Omas Küche versetzt.

Der Qualm des Lagerfeuers, in dem die herrlich-wilde Zeit nach dem Schulabschluss aufblitzt. Und, ach, das dröhnende

Lachen, das an den väterlichen Freund erinnert. Im Nachsinnen und Erzählen werden kostbare Momente, Menschen und Orte wieder wachgeküsst. Wir finden unseren eigenen Ausdruck dafür, experimentieren mit geschenkten Worten und Symbolbildern. Schreiben hilft, die Welt mit anderen Augen zu sehen und wirkt sinnstiftend.

Um die versunkenen Erinnerungen wieder fruchtbar zu machen, werden Sie im Lauf des Seminars folgende Techniken kennenlernen:

- Inspirationsquellen für alle Sinne nutzen
- poetische Kleinformen anwenden
- Gliederungs Ideen für Ihren Lebensstoff entwickeln
- schreiben, überarbeiten, Texte verdichten

Seien Sie neugierig auf Ihre kreativen Fähigkeiten! Und genießen Sie den wertschätzenden Austausch mit Gleichgesinnten.

Schreiberfahrung ist nicht nötig, aber auch kein Hindernis. Bitte Schreibzeug mitbringen.

Trainerin **Gesine Hirtler-Rieger**