



# BIOGRAFIEARBEIT

Lehrgang



## Was ist Biografiearbeit?

Normalbiografien – d.h. gesellschaftlich betrachtet ‚richtige Biografien‘ – werden zunehmend seltener. Unsere (Werte)Welt ist bunter geworden. Im Laufe eines Lebens haben wir viel mehr biografische Weichenstellungen zu bewältigen, als das frühere Generationen mussten. Lebensformen werden vielfältiger, ebenso Berufsmöglichkeiten. Es stellt sich öfters die Frage nach dem ‚Wohin‘ und dem ‚Wie‘ im eigenen Leben. Wir stehen vor mehr Lebensentscheidungen und haben weniger Orientierungshilfen dafür zur Verfügung. Dabei erhoffen sich Menschen gerade in Umbruchssituationen und bei Lebensveränderungen verstärkt Klarheit und Unterstützung.

Die aus regelmäßiger Biografiearbeit resultierende Fähigkeit ist die **Biografiekompetenz** – eine wichtige Kompetenz zur Gesunderhaltung, zur Steigerung des Kohärenzerlebens und der Selbstwirksamkeitsüberzeugung. Beide sind wichtige Ressourcen, um der Chronifizierung von Problemen vorzubeugen und daher wesentlich für die Prävention.

**Biografiearbeit** orientiert sich am Menschen und dessen individuellen Erfahrungen. Die Auseinandersetzung mit der Biografie regt das Erinnern an und ist in erster Linie intensive Ressourcenarbeit. Über die Biografie werden wichtige Lebenserfahrungen ebenso sicht- und verstehbar, wie rote Fäden und Zusammenhänge zwischen sich wiederholenden Lebensereignissen. Biografiearbeit unterstützt Menschen dabei, Erfahrungen zu verarbeiten, sich persönliche Kraftquellen zu erschließen und sich ihrer Identität bewusst zu werden.

In der Praxis eignet sich Biografiearbeit für Menschen aller Altersgruppen. Egal, ob jung oder im fortgeschrittenen Alter – die persönliche Biografie ermöglicht immer wieder überraschende Erkenntnisse und bietet damit Möglichkeiten für Fortschritte im eigenen Lebensweg im Zusammenspiel von körperlichen, seelischen und geistigen Prozessen, Chancen, Risiken, Aufgaben und Herausforderungen.

## Der kostenlose Info-Abend: detaillierte Infos aus erster Hand

Weil jede Entscheidung eine wohlüberlegte sein soll, bieten wir Ihnen für diesen Lehrgang einen detaillierten Info-Abend an. In dieser Stunde erfahren Sie alles, was Sie über den Lehrgang wissen müssen aus erster Hand von der Lehrgangsführung. So sind Sie inhaltlich und organisatorisch bestens informiert. Wir freuen uns auf Ihr Kommen! Anmeldung über die Website.

## Das sagen Absolvent:innen:



Eva Kreuzberger-Stickler

„Ich arbeite seit 30 Jahren in der geriatrischen Pflege. In all den Jahren erkannte ich, wie essentiell sich die Lebensgeschichte jedes Einzelnen auf unsere zwischenmenschlichen Beziehungen, auf unser Konfliktverhalten und unsere Selbsteinschätzung auswirkt. Ich habe diesen Kurs ausgewählt um meine eigene Lebensreise zu erkunden. Durch diese Selbsterfahrung werde ich zum besseren "Biografie-Arbeiter".

Dies kommt meinen Patienten zugute, denn mitgeteilte Lebenserinnerungen machen Zusammenhänge begreifbar, man lernt sein Gegenüber besser zu verstehen und kann auf die Bedürfnisse des Patienten individuell eingehen.

Ich empfehle diese Ausbildung weiter - sie war vielseitig (Berufs-, Persönlichkeits-, Soziobiografie,...), wir konnten uns in einem sicheren, vertrauten Rahmen austauschen, lehrreiches, theoretisches Wissen erwerben und wertvolle, bereichernde Lebensgeschichten der Kursteilnehmer hören.

Kompetenz und Feingefühl zeichnete unsere Kursleiterin Frau Mag.<sup>a</sup> Kail Angelika aus. Sie weckte die Begeisterung für das Abenteuer "Biografiearbeit" in mir. optimal. Außerdem ist die Ausbildung eine unglaubliche Bereicherung für die Selbstreflexion und persönliche Entwicklung.“



Mag.ª Claudia Dabringer, freie Journalistin

Dieser Lehrgang ist für jede/n empfehlenswert, der Muster in seinem Leben erkennt und ihnen auf die Spur kommen möchte. Das kann im privaten, aber vor allem auch im beruflichen Kontext insofern hilfreich sein, dass man beispielsweise erkennt, dass ein Beruf aus den falschen Beweggründen gewählt oder beibehalten wurde. Oder man findet durch Biographiearbeit genau DEN Beruf, der zu einem passt. Selbstreflexion auf den unterschiedlichsten Ebenen - von Beziehungen über Bildung und Beruf - ist meiner Meinung nach gerade in Zeiten wie diesen ein Muss.

## Ist dieser Lehrgang für Sie geeignet?

Der Lehrgang richtet sich an Menschen

- aus beratenden Berufen (z.B. Lebens- und Sozialberater:innen, Coaches, Sozialarbeiter:innen, Psycholog:innen),
- Trainer:innen aus dem Bereich Persönlichkeitsentwicklung,
- Mitarbeiter:innen aus pflegenden oder anderen sozialen Berufen mit intensiven Kontakt mit Klienten oder Patienten (Heimhilfe, Pflegeassistenz, Hauskrankenpflege, Altersheime, Wohngemeinschaften, Tageszentren...) und
- an Selbsterfahrung Interessierte.

## Welche Voraussetzungen sind zu beachten?

Die Teilnahme am Lehrgang setzt voraus

- den Besuch des Info-Abends
- Grundkenntnisse in Kommunikation und Gesprächsführung
- die Bereitschaft, an der eigenen Person zu arbeiten
- Psychische Stabilität (da an der eigenen Biografie gearbeitet wird)

## Auf welchem methodischen Ansatz basiert der Lehrgang?

- Der Lehrgang basiert auf klassischen Methoden der Biografiearbeit (z. B. Genogramm), sowie ganzheitlichen Ansätzen (z. B. Anthroposophische Biografiearbeit).

- Die Teilnehmer:innen des Lehrgangs sollen nicht nur ein tieferes Verständnis für Biografien in einem großen Kontext verstehen, sondern auch praktische Anwendungen kennen- und anwenden lernen. Dabei fließen sowohl Erkenntnisse aus der Entwicklungspsychologie als auch der geistwissenschaftlichen Lebensbetrachtung mit ein.
- Der Lehrgang besteht zu einem hohen Anteil aus praktischer Anwendung und Selbsterfahrung!

## Welche Kompetenzen erwerben Sie durch den Besuch des Lehrgangs?

- Sie lernen unterschiedliche Methoden der Biografiearbeit kennen und können diese bei sich selbst (Selbsterfahrung) und auch bei anderen (Klient:innenarbeit) sicher anwenden.
- Sie können Klienten dabei unterstützen, belastende Lebensereignisse biografiebezogen zu verarbeiten und in einem größeren Kontext zu verstehen.
- Sie fördern Klienten dabei, eigene Ressourcen und Kompetenzen zu erkennen und diese für sich nutzbar zu machen.
- Damit unterstützen Sie Klienten insbesondere auch bei der Entwicklung und Stabilisierung von Selbstwirksamkeitsüberzeugung und Selbstwert, sowie Kohärenzerleben. Beide sind wichtige Faktoren der psychischen Prävention und Stabilisierung.
- Sie entwickeln ein grundsätzliches Verständnis für den Lebenslauf eines Menschen und dessen zyklischen Verlauf. Dies hilft insbesondere bei der Sinnfindung und Sinngebung, sowie dem Erkennen und Verstehen von Lebensaufgaben und „roten Fäden“ im eigenen Leben.
- Sie erwerben Kompetenzen und Methoden, um Biografiearbeit bei unterschiedlichen Zielgruppen einzusetzen.

## Welche erwachsenengerechten Methoden des Wissenserwerbs und welche Lernfelder erwarten Sie im Lehrgang?

Der Lehrgang besteht zu etwa einer Hälfte aus theoretischem Input in Form von Fachvorträgen und Methodenpräsentationen, sowie praktischer Anwendung und Selbsterfahrung bzw. Reflexion. Fallweise finden Demonstrationen vor der Gruppe statt, um Methoden besser verständlich zu präsentieren.

- Theorieinput
- Einzel- und Gruppenarbeiten
- Demonstration von Methoden und Praxisbeispielen
- Reflexionsphasen
- Diskussion und Erfahrungsaustausch der Teilnehmer:innen
- Transferübungen

## Welche Berufsfelder und Karrierechancen eröffnen sich Ihnen?

Biografiearbeit ist nicht als eigenes Berufsbild zu verstehen. Als Methode findet sie aber in praktisch jeder Beratungstätigkeit Anwendung und kann in diese integriert werden. Durch die Auseinandersetzung und Beschäftigung mit der eigenen Biografie werden Selbstwert und Selbstbewusstheit gesteigert und ein wesentlicher Beitrag zur psychischen Stabilisierung geleistet. Daher ist Biografiearbeit aus Beratungstätigkeiten kaum mehr wegzudenken. Sie erhalten daher durch den Besuch des Lehrganges ein Werkzeug, mit dem Sie nicht nur Ihre Beratungstätigkeit vertiefen können, sondern auch einen wertvollen Beitrag zur Gesunderhaltung von Menschen leisten können.

## Wie kommen Sie zu Ihrer BFI Salzburg Zertifikat?

- 85 % Anwesenheit im Lehrgang (versäumte Module können nachgeholt werden – nach Maßgabe freier Plätze und Zustandekommen von Folgelehrgängen)
- Aktive Mitarbeit im Lehrgang und Einlassen auf die Arbeit mit der eigenen Biografie
- Schriftliche biografische Reflexion eines Klient:innenfalles im Rahmen von ca 5 A4-Seiten und Präsentation derselben am Ende des Lehrgangs



## Wie hoch sind die Lehrgangskosten?

In der Lehrgangsgebühr sind sämtliche Lehrgangsunterlagen sowie Arbeitsmaterialien inkludiert. Die Lehrgangsgebühr sowie die detaillierten Termine entnehmen Sie bitte unserer Website.

## Welcher zeitliche Aufwand kommt auf Sie zu?

Der Lehrgang ist zeitlich so konzipiert, dass er berufsbegleitend besucht werden kann. Die ersten und letzten beiden Tage finden als Wochenend-Modul (Freitag und Samstag ganztags, 20 Einheiten pro Wochenende) statt. Dazwischen finden im ein- oder zweiwöchigen Rhythmus Zoom-Abende statt (je 5 Einheiten). Termine sind dem jeweils aktuellen Terminplan zu entnehmen.

## Wo findet der Diplomelehrgang statt?

Dieser Lehrgang findet am BFI Salzburg statt. Unser modern ausgestattetes Seminarzentrum ist öffentlich sehr gut mit dem O-Bus (Linie 6, Haltestelle Science City Itzling oder O-Bus Linie 3,

Haltestelle Kirchenstraße) zu erreichen. Bei einer Anreise mit dem Auto stehen Ihnen ermäßigte Parkplätze zur Verfügung.



### BFI Salzburg

Schillerstraße 30  
5020 Salzburg  
Erreichbarkeit



### BFI Kundencenter

 [info@bfi-sbg.at](mailto:info@bfi-sbg.at)

 +43 662 88 30 81-0

 MO bis DO 08.00-17.30 Uhr  
FR 08.00-14.00 Uhr

## Bildung. Freie Fahrt inklusive.

In Kooperation mit dem Salzburger Verkehrsverbund ermöglichen wir Ihnen an jedem Ihrer Kurstage die öffentlichen Verkehrsmittel in der Kernzone Salzburg ab vier Stunden vor Kursbeginn bis Betriebsende KOSTENLOS zu benutzen.

## Mit dem Salzburger Bildungsscheck bis zu 50 % der Kurskosten sparen!

Weiterbildung ist förderbar! Unsere Mitarbeiter/innen beraten Sie gerne. Informieren Sie sich frühzeitig, jedenfalls vor Lehrgangsstart. Einen ersten Überblick über mögliche Individualförderungen erhalten Sie auf unserer Website.

[www.bfi-sbg.at/service/foerderungen](http://www.bfi-sbg.at/service/foerderungen).

[Salzburger Bildungsscheck](#)

[Kursförderung.at](#)

## Welche Inhalte erwarten Sie?

### Modul 1: Grundlagen der Biografiearbeit und Persönlichkeitsbiografie

- Entwicklung, Ursprung, Nutzen und Ziele der Biografiearbeit
- Biografiearbeit als Methode der Gesundheitsförderung
- Einsatzfelder und Grenzen von Biografiearbeit
- Arten von Biografien
- Anthroposophische Biografiearbeit: Die Biografie nach Lebensjahren – persönliche Entwicklungsstadien und Lebensphasen
- Zielgruppenspezifische Methoden und Reflexionsfragen
- Erzählen anregen, Umgang mit Erzählblockaden

### Modul 2: Soziobiografie: Biografie der sozialen Beziehungen

- Haltung, Settings und Zielgruppen
- Erforschung der individuellen Biografie anhand sozialer Beziehungen
- Soziale Beziehungen als Quelle der Identitätsentwicklung
- Beziehungsbiografie als Quelle sozialer Kompetenzen
- Soziobiografie unter speziellen Gesichtspunkten (Herkunftsfamilie, Partnerschaften, Freundschaften)
- Biografiearbeit mit Paaren
- Zielgruppenspezifische Methoden und Reflexionsfragen
- Umgang mit auftretenden Emotionen

### Modul 3: Berufsbiografie: Biografie der beruflichen Entwicklung

- Kommunikation in der Biografiearbeit: Biografische Gesprächsführung, Biografisches Anamnesegespräch
- Lebenslauf als Quelle persönlicher Ressourcen
- Bildungs- und Lernbiografie
- Biografiearbeit im betrieblichen Kontext
- Biografiekompetenz als Schlüsselkompetenz am Arbeitsplatz
- Zielgruppenspezifische Methoden und Reflexionsfragen

## Modul 4: Mythobiografie: Biografie der spirituellen und seelischen Entwicklung

- Entwicklung von Glauben und Spiritualität
- Auseinandersetzung mit der Sinnfrage im eigenen Leben
- Werteentwicklung im biografischen Kontext
- Entwicklung des Menschen- und Weltbildes im biografischen Kontext
- Zielgruppenspezifische Methoden und Reflexionsfragen

**ACHTUNG:** Der Lehrgang vermittelt keine Kompetenz bzw. Anleitung zum Verfassen eigener Biografien und beinhaltet kein Schreib-Training!

## Welche Expertin unterrichtet Sie?

Mag.<sup>a</sup> Angelika Kail



### Berufliche Erfahrungen

- Seit 2004 Praxis in der Selbständigkeit
- Selbständige Lebens- und Sozialberaterin in eigener Praxis und in Beratungseinrichtungen
- Trainerin in der Erwachsenenbildung
- Trainerin für Firmenseminare
- Leiterin von Mediationsgruppen und privaten Seminaren
- Sachbuchautorin
- Zuvor 12 Jahre Berufserfahrung in der Wirtschaft: Assistenz- und Leitungsfunktionen in der Wirtschaft und im Non-Profit-Bereich

### Aus- und Weiterbildung

- i.A. zur Psychotherapeutin (Existenzanalyse)
- Sozialpsychiatrischer Grundkurs
- Ausbildung zur Lebens- und Sozialberaterin
- Ausbildung Supervision
- Ausbildung Stress- und Burnoutprävention
- Ausbildung zum Coach
- Alternative Methoden, u.a. Anthroposophische Biografiearbeit, Mental- und Bewusstseinstraining, Emotionaler Stressabbau, Emotionale Wahrnehmung, Energiearbeit,
- Ausbildung zum NLP Master
- Ausbildung Qualitätsmanagement
- Ausbildung Bildungsmanagement
- Magisterstudium Französisch/Russisch.

### Arbeitsschwerpunkte

- Psychosoziale Einzelberatung mit Schwerpunkt Selbst-Entwicklung, Selbsterfahrung
- Begleitung von Übergangsphasen, Veränderungs- und Wachstumsprozessen und kritischen Lebensphasen (u.a. Burnout, Stress, Trennung, Trauma, Krisen), sowie Neuorientierung (Visionsarbeit)
- Supervision
- Meditation und Tiefenentspannung
- Coaching von Einzelpersonen und Teams
- Gruppen- und Seminarleitung