

Beispiele für Seminarabläufe

Biographiearbeit mit älteren Menschen

2-Tages-Seminar

Zielgruppe

MitarbeiterInnen aus dem geriatrischen Bereich und Interessierte

Methoden

Kreative Methoden (Malen, Bewegungsübungen), wahrnehmungs-, gruppenzentrierte und problemzentrierte Spiele; Selbst- und Fremdwahrnehmung, Einzel-, Partner- und Gruppenübungen, Besinnungsübungen, Meditationen, Vortrag, Wandermeditationen usw.

Ziele

- ▶ Zu irgendeinem Zeitpunkt stellt sich der ältere Mensch die Frage, welchen Sinn dieses bis jetzt gelebte Leben hat und ob ihm eine Zukunft bevorsteht, die zu leben sich lohnt.
- ▶ Biographiearbeit macht nun die Fäden eines Lebens sichtbar. „Wer bin ich?“
- ▶ Diese Frage nach der eigenen Identität begleitet uns ein Leben lang. Und je länger wir leben und uns verändern, um so mehr wird die Frage „Wer bin ich?“ beantwortet durch die Frage „Wer war ich?“
- ▶ Wir möchten verstehen, wer wir sind, indem wir verstehen, wer wir waren und nunmehr geworden sind.
- ▶ Die letzte und reifste Phase der Identitätsentwicklung ist „Integrität und Verzweiflung“, was bedeutet seinen eigenen und einzigen Lebenszyklus anzunehmen wie er war und die Personen, die bedeutsam für dieses Leben waren, zu lieben und für das eigene Leben verantwortlich zu sein.
- ▶ Ziel ist es, durch das erzählende Wiederaufgreifen abgerissener biographischer Fäden, Würde und Wert des eigenen Lebens, Werkzeuge für die Bearbeitung des Zurückliegenden und Orientierung für das noch unbekannte Zukünftige zu gewinnen, das Buch des Versagens umzuschreiben u. U. einen bisher unbekannten oder alternativen Sinn zu gewinnen, die Lebensgeschichte in einem neuen Licht erscheinen zu lassen, Entdeckung verschütteter Stärken, Selbstwertgefühl und Lebensmut in die Gegenwart zu retten, das Leben im Rahmen der historischen und individuellen Bedingungen zu sehen, zu akzeptieren, dass Unvollendetes und Unvollkommenes zum Leben gehört, sich eine Entwicklung zuzugestehen und das Prozesshafte anzuerkennen.
- ▶ „Mein Leben war doch reich“

Seminarzeiten

09:00 – 12:30 Uhr und 13:30 – 17:00 Uhr

Beispiele für Seminarabläufe

Biographiearbeit mit älteren Menschen – Fortsetzung

2-Tages-Seminar

Ablauf – 1.Tag

Gruppenprozess, Meditation, Austausch über die aktuelle Arbeitssituation und Fragestellungen, Vortrag, Entwicklungsphasen nach Erikson, wahrnehmungszen-triertes Spiel zur Thematik, Einzel- Partner- und Gruppenübungen, Selbst- und Fremdwahrnehmung, Besinnungsübung, Tagesauswertung

Ablauf – 2. Tag

Gruppenprozess, Meditation, wahrnehmungs- und problemzentrierte Spiele zur Thematik, Fallbeispiele – Entwicklung von Handlungsstrategien/Lösungsansätze und deren Umsetzung in die Praxis, Auswertung des Seminars (schriftlich und mündlich), Zertifikate