



LOGOTHERAPEUTISCHE BIOGRAPHIEARBEIT

Liebe Interessentin, lieber Interessent!

Jede Person hat ihre ganz besondere und einzigartige Lebensgeschichte. Diese ist es Wert genauer betrachtet zu werden, denn in der eigenen Geschichte liegen oft die Antworten auf aktuelle Lebensfragen. So steht die logotherapeutische Biographiearbeit nicht nur für die Aufarbeitung schwieriger Erfahrungen im Vergangenen, sondern besonders für die Entdeckung neuer Sinnperspektiven. Schlussendlich geht es in einem inneren Ringen um den Sinn des ganzen Lebens.

Wie ist der Ablauf einer logotherapeutischen Biographiearbeit?

Wir treffen uns ca. einmal im Monat ein halbes Jahr lang. In der ersten Stunde lernen wir uns kennen und besprechen die Details in Bezug auf den Ablauf und die grundlegenden Informationen. In den weiteren Stunden stellen Sie, ihr aktuelles Kapitel, schriftlich vor. Nachdem Sie Ihre Zeilen vorgetragen haben, besprechen wir gemeinsam, was die Erkenntnisse und Einsichten aus dem erarbeiteten Kapitel sind. Die Kapitel sind:

- 1. Meine Eltern und meine Vorschulzeit**
- 2. Meine Schulzeit (vom 7. Bis zum 21. Lebensjahr)**
- 3. Meine Erwachsenenzeit (vom 21. Lebensjahr bis heute)**
- 4. Meine gegenwärtige Situation (die letzten Monate und Wochen bis jetzt)**
- 5. Meine nahe und ferne Zukunft**
- 6. Mein Sterben und meine Spuren in dieser Welt¹**

Das „logotherapeutische“ an dieser Form der Biographiearbeit ist, dass Sie nicht einfach nur alle Ereignisse in chronologischer Reihenfolge niederschreiben, sondern dass Sie jedem Kapitel drei Fragen gegenüberstellen:

¹ Vgl.: Elisabeth Lukas, Spannendes Leben. In der Spannung zwischen Sein und Sollen. Profil Verlag. München-Wien, 4. Auflage, 2014, 226.

- Was fühle ich dazu? (Gefühle)
- Was denke ich darüber? (Gedanken)
- Wie will ich mich jetzt damit auseinandersetzen? Was ist ein möglicher Sinnanruf?

Vor allem die letzte Frage spiegelt die Fähigkeit des Menschen wider, sich von dem Geschehenen zu distanzieren und neue Einstellungen auszubilden. An der Stelle kommt die Grundüberzeugung logotherapeutischen Gedankenguts zum Vorschein, dass wir der Vergangenheit nie ganz ausgeliefert sind.

Wo findet die Biographiearbeit statt?

Sie können die Biographiearbeit alleine oder mit jemand anderem (FreundIn, Partner, Familienmitglieder, ...) gemeinsam machen. Es besteht auch die Möglichkeit sich einer Gruppe anzuschließen. Dazu biete ich zwei Mal im Jahr den neuen Beginn einer Gruppe an. (*Informationen zu den aktuellen Terminen finden Sie auf meiner Homepage*). Wir treffen uns entweder am Süddeutschen Institut für Logotherapie (Hauptstraße 9, 82256 Fürstenfeldbruck) oder bei Ihnen zuhause.

Was sind die Kosten der Biographiearbeit?

Die Kosten für die Biographiearbeit betragen, inklusive aller 7 Termine zu je 1 ½ Stunden (*oder bei mehreren Personen bis zu max. 6 Stunden*), einem Skript zur Biographiearbeit, einmalig 900 Euro pro Person (inkl. 19%MwSt.).

Wenn wir uns bei Ihnen zuhause treffen, dann kommen noch die Fahrtkosten mit der Kilometerpauschale von 0,30 Euro (zzgl. 19% MwSt.) von Weßling bei München aus dazu.

Was sind die nächsten Schritte?

Sie können sich jederzeit unverbindlich mit mir in Verbindung setzen und ich beantworte Ihnen gerne alle weiteren Fragen. Wenn Ihnen das Angebot zusagt, sie verbindlich mündlich zugesagt haben, treffen wir uns zur ersten Vorbesprechung. Dort vereinbaren wir das nächste Treffen, wo wir mit dem ersten Kapitel beginnen werden.

Ich hoffe ich konnte Ihnen einen ersten Eindruck vermitteln und freue mich über Ihr Interesse!

Ihr

Marco Kargl