

Selbsterfahrung (online)

## Meine Biografie – work in progress

Dieses Seminar schafft Gelegenheit für einige Tage aus dem Fluss des Lebens zu steigen, an Land zu gehen und vom sicheren Ufer aus über die bisherige Lebensreise zu sinnieren – über Strömungen und Staudämme, die Balance von Aktivität und Ruhe, zielgerichtetem Unterwegssein und dem sich treiben lassen. Der wache Blick von außen auf unsere Gegenwart und Vergangenheit kann dazu inspirieren, Gewohntes in einem anderen Licht zu sehen und neue Gestaltungsspielräume zu eröffnen.

Zum tieferen Verstehen gegenwärtiger Themen und Fragen im beruflichen, wie im privaten Leben werden wir die persönliche Biografie durch Bilder, Fotos und Geschichten lebendig werden lassen und mit dem Genogramm im Skript der Generationen vor uns stöbern. Vielleicht lassen sich generationsübergreifende Muster und Bindungen entdecken, die unser Leben unbewusst in wesentlichen Bereichen prägen.

Dabei können brach liegende Talente und Energiequellen ebenso wie Energie bindende alte Kränkungen und Verletzungen ans Licht kommen. Die Integration von diesen bisher verborgenen Schattenseiten kann neue Energien für das Leben in der Gegenwart und die Entwicklung von Visionen für die Zukunft freisetzen.

### TERMINE, KOSTEN UND ANMELDUNG

Nächster Termin: 10.-13.11.2025

ORT: online

#### KURSGEBÜHR:

1.600 € zzgl. MwSt.

(Besuchen Teilnehmende eines isb-Curriculums die Selbsterfahrung zusammen mit einem Lebenspartner, einer Lebenspartnerin, bezahlen diese lediglich 900 € zzgl. MwSt.)

#### SEMINARZEITEN:

4 ganze Tage.

Der erste Tag beginnt um 10 Uhr, der letzte Tag endet um 14 Uhr.

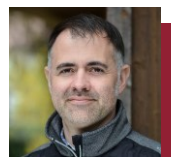
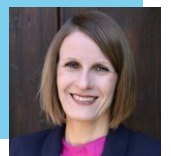
16 Teilnehmende maximal

### ANMELDUNG UND INFORMATION

Eva Herzer und  
Nicolas Neumeister

[info@isb-w.eu](mailto:info@isb-w.eu)

+49 6222 8188-0



Die digitale Arbeitsform bietet für all das durchaus interessante Möglichkeiten- die Selbst- Erfahrung tritt gegenüber der Gruppenerfahrung stärker in den Vordergrund –mit Möglichkeiten der Reflexion an eigenen Lieblingsplätzen und auch bei Spaziergängen in der Natur. Gleichzeitig werden die Kleingruppen in den break-out-rooms zu wesentlichen Orten intensiven Austausches und der Spiegelung.

Die Erfahrungen aus Einzel-, Zweier - und Kleingruppenarbeit fließen in die täglichen Plenumsrunden ein, sodass sich auch dieser Raum im Laufe der Tage mit alten und mit neu- erzählten Geschichten, gefundenen Kostbarkeiten und Impulsen für das Weiterschreiben der eigenen Biografie füllen kann.

Kreatives Schreiben, die Arbeit mit Symbolen aus der Natur, Bildern, (u.a. mit dem Ressourcen- orientierten Ansatz von Maja Storch), narrative Skriptarbeit, Spiegelungen, Träume, Geniusarbeit und geleitete Fantasien ermöglichen einen gleichermaßen spielerischen wie tiefgründigen Zugang zu den persönlichen Lebensfragen.

Die Methoden und theoretischen Beiträge sind so gewählt, dass die Seminar-Teilnehmer:innen sie leicht für die eigene Coaching- und Beratungspraxis nutzen können.

# Das Seminar im Detail

## Fokus

Anhand von Biografiearbeit geht es um das tiefere Verstehen gegenwärtiger Themen und Fragen im beruflichen wie im privaten Leben

- Blick zurück in die Zukunft: Geschichte verstehen, Visionen entwickeln. Betrachtung der eigenen Biografie
- Neue Perspektiven auf Altgewohntes finden und so Gestaltungsspielräume eröffnen
- Bilder, Fotos, Geschichten und Arbeit mit dem Genogramm
- Eigens auf die Arbeit im virtuellen Raum ausgerichtete Didaktik mit starkem Fokus aus „Selbst“-Erfahrung und intensiven Austausch (Spaziergänge, Einzelarbeit, Kleingruppen...)
- Tiefgründiger und dabei spielerischer Zugang auf das eigene Selbst anhand verschiedener Modelle und Methoden
- Übertragbarkeit auf die eigene Coaching- und Beratungspraxis

## Zielgruppe

Die Selbsterfahrungen des isb richten sich an Teilnehmer und Absolventen des isb, deren Lebenspartner sowie alle Interessierten.

## Lehrtrainerin



### Dörthe Verres

*„Ich genieße es sehr, immer wieder individuell zu schauen: Was braucht ein Mensch in seiner Rolle, seinen Bezügen, um eine gute Weiterentwicklung und Zukunft zu ermöglichen? Es bedeutet mir viel und gelingt mir gut, einen Raum zu gestalten, in dem Menschen sich vertrauensvoll öffnen und darüber weiterentwickeln können. Ich erlebe ein Glück im Lehren, wenn ich gar nicht mehr so wichtig bin, weil die Gruppe in ihrem Raum diesen gemeinsam gestaltet, sich fordert und fördert.“*

Dörthe ist Lehrtrainerin am isb, Beraterin, Coach und Supervisorin, (u.a. der DGTA), Gutachterin und Psychologische Psychotherapeutin.

Mehr über Dörthe Verres: [Profil](#)

## Zertifikate

Im Anschluss an die Veranstaltung erhalten Sie von uns eine Teilnahmebescheinigung über 4 Tage Selbsterfahrung am isb.

## Aktuelle Termine und Orte

VERANSTALTUNGSORT:	online
WEITERE TERMINE:	auf Anfrage
DAUER, ZEITLICHER AUFWAND:	vier ganze Tage
SEMINARZEITEN:	der erste Tag beginnt um 10 Uhr, der letzte Tag endet um 14 Uhr.

## Du hast Fragen?

Für alle Fragen und persönliche Beratung stehen Dir Eva Herzer und Nicolas Neumeister gerne zur Verfügung. Schreib uns: [info@isb-w.eu](mailto:info@isb-w.eu). Oder ruf einfach an: 06222/81880. Wir freuen uns!