

# Therapeutisches Schreiben - Biografiearbeit



Referentin: Marianne Immler,

Worüber man nicht reden kann, darüber muß man schreiben!  
Wer kennt nicht dieses Gefühl aus der eigenen Jugendzeit,  
wo so manche Träne über eine Tagebuchaufzeichnung lief. In  
Zeiten, in denen man sich niemand anderem anvertrauen wollte und man sich  
von den Eltern nicht verstanden fühlte, gab es nur die Auseinandersetzung mit  
dem Tagebuch.

Schreiben Sie sich die Seele frei und finden Sie den roten Faden in Ihrem  
Leben!

Alle autobiografischen Erinnerungen sind mit positiven und negativen Gefühlen  
verknüpft, die helfen, sinnvolle Erkenntnisse aus den erlebten Situationen zu  
ziehen. Glückliche und schmerzhaftere Ereignisse gehören zu uns. Das Leben  
entfernt sich oft von den eigenen Vorstellungen und Lebensentwürfen.  
Unser Wachsen und Reifen geschieht an den Reibflächen zwischen diesen  
Entwürfen und der gelebten Realität.

Das Leben ist voller Überraschungen und der Weg kann sehr unterschiedlich  
verlaufen. Es gibt Teilstrecken, die steinig sind, es gibt Umwege, Kreuzungen,  
Sackgassen, Auf- oder Abstiege. Ge-„schichten“, die das „Leben schreibt“,  
müssen auch schriftlich festgehalten und die einzelnen „Schichten“  
überarbeitet werden.

Die Heilkraft von Sprache und Schrift wirkt über den Geist und die Seele auf  
das körperliche Wohl und kann ergänzend in der psychotherapeutischen  
Beratung eingesetzt werden. Die Patienten können durch die Schreibtherapie  
in den Bereichen Ich-Stärke, Selbstreflexion, Bewusstseinsweiterung,  
Neuorientierung und Selbstwert profitieren.

Dieses Tagesseminar gibt Ihnen einen Einblick in die Schreibtherapie, den  
Aufbau und die Anfertigung eines Lebensbuches und vermittelt Ihnen durch  
das Schreiben von kleinen Geschichten über die „Essenzen Ihres Lebens“ die  
heilende Kraft des Wortes. Machen Sie sich auf den Weg. Folgen Sie Ihren  
Spuren und hinterlassen Sie Spuren ....

Teilnehmerzahl:            mind. 8                    max. 30

Termin:                      Freitag, 14. August 2009

Uhrzeit:                     10<sup>00</sup> - 18<sup>00</sup> Uhr

Seminargebühr:            für Mitglieder € 65,-        Nichtmitglieder € 75,-

Anmeldung siehe Seite

*„Erinnere dich an die Vergangenheit, träume von der Zukunft, aber lebe heute“*

Sören Kierkegaard