

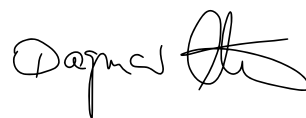
Infobrief Biografiearbeit

April 2022

Liebe Leserin, lieber Leser,
vor kurzem fand die LebensMutig
NetzwerkStatt im Kloster Armstorf statt.
Nach einer Kaffeepause fanden wir alle
ein kleines Kärtchen auf unserem Stuhl.
Drauf war eine Glücksbotschaft, die wir
der lebensmutigen Runde vorstellten. Ein
Kärtchen hatte es mir besonders
angetan. Davon berichte ich Dir, gespickt
mit Frage-Impulsen, um nachzudenken,
zu sinnieren und... vielleicht einen
Reiseführer zu entwerfen. Pick Dir

einfach die Frage und den Impuls heraus,
der jetzt grad für Dich dran ist.

Auf Bitte von Nadja Graeser werfen wir
zum Abschluss noch einen Blick auf eine
hybride Veranstaltung. Eine gute
Lesereise wünscht



Dagmar Köhler

als mablupic auf Instagram

Ein Reiseführer für eine Traumreise zuhause



„Kleine Portion Glück: Stöbere in
einer Buchhandlung und kaufe einen
Bildband für eine Traumreise
zuhause.“

Glück... Bildband... Traumreise.. Zuhause...

Das ist das besagte Kärtchen. Den Bildband kaufen? Nein! Ich will den selber machen!
Genau so, wie Waltraud Eulenstein es im vorangegangenen Infobrief schreibt:
Selbermachen ermächtigt. Und es lässt uns bewusster werden.

Was ist Daheim eigentlich, was bedeutet Wohnen? Unser Zuhause ist uns in den letzten zwei Jahren so vertraut geworden wie kaum je zuvor. Zuhause. Haus. Wohnen. Wohnung. Heim. Daheim. Home. Home-Office. Home-Schooling. Home-Everything... So habe ich es als Mutter einer Grundschülerin erlebt. Das Leben spielte sich nahezu vollständig zuhause ab. Keine Trennung zwischen Schule, Arbeit und Privatem. Was ist dann Zuhause? Was macht Zuhause aus? Was bedeutet Wohnen?



Gestalte einen Reiseführer für daheim.



Wir wohnen nicht immer am selben Fleck. Wie oft bist Du schon umgezogen? Kisten einräumen, Dinge in die Hand nehmen, was darf mit, was bleibt zurück, was lasse ich los? Wie wohnst Du? In einem Haus, einer Wohnung, im Tinyhouse, einer WG, einem Bauwagen, ...? Schlendere durch Deine Wohnung. Schau Dich um, halte inne, lass wirken. Was macht Wohnen aus? Woran bleibt Dein Blick hängen? Welche Gegenstände

geben Dir Ruhe, Sicherheit, vielleicht Geborgenheit? Welche Möbel dienen im Alltag? Siehst Du etwas, das Dir Freude bereitet? Etwas, das Dich erinnern lässt? Wie riecht es in welchem Zimmer? Wie viele Fenster, wie viele Türen gibt es? Welche Kunst findest Du in Deiner Wohnung? Kunst kann sein, wie Du Dich einrichtest, Kunst können die Blumen auf dem



Fensterbrett sein, die Decke auf dem Sofa, die Tapete oder die Art, wie Du die Wände gestrichen hast. Wie ist Dein Wohnbereich aufgeteilt? Welche Funktionen müssen innerhalb Deines Zuhauses erfüllt sein? Welche Dinge brauchst Du, damit Du gut zuhause sein kannst? Welche Alltäglichkeiten machen Dein Zuhause aus? Welche Erinnerungen hast Du hier schon erlebt, schönere und weniger schöne? Nimm eine Kamera.



Mach Fotos, mach sie ohne groß nachzudenken. Wenn Du sie später anschaust, kannst Du überlegen, ob Du zufrieden bist mit dem, was Du fotografiert hast.



Wer gehört zu Deinem Wohnumfeld? Der Hausmeister, die Postbotin, die Frau, die täglich mit ihrem Dackel spazieren geht, der Mann, der immer den Kinderwagen schiebt, der Bäcker, bei dem Du Semmeln und Brezln kaufst?

Wie schaut es in Deiner Gegend aus? Worin ähneln sich die Bauten, worin unterscheiden sie sich? Was magst Du daran, was nicht? Welche Kunst findest Du dort, wo Du wohnst? Gibt es Denkmäler, Skulpturen, kleinere oder größere, Verzierungen an Fassaden? Findest Du Graffiti im öffentlichen Raum? Wie ist Werbung platziert? Wo sind Baustellen und strahlen diese auf Dich etwas aus? Wie ist Dein Wohnumfeld? Gibt es eine Straße, an der Du wohnst? Was prägt diese? Woher kommen die



Straßennamen? Welche Tiere tummeln sich, Insekten, Vögel, Eichhörnchen, was noch? Gibt es viele Autos und Busse? Menschen, die zu Fuß oder mit dem Fahrrad unterwegs sind? Bäume, Grünflächen, Bäche vielleicht, Kinderspielplätze? Wer wohnt noch mit Dir? Wer wohnt in unmittelbarer Nähe zu Dir? Wen möchtest Du nicht missen und warum? Erzähle etwas darüber. Finde Bilder. Lass Dich bei einem Spaziergang durch die Gegend von Fotos finden.

Was willst Du fotografieren, innerhalb und außerhalb Deines Zuhauses? Wie sähe ein von Dir gefertigter Stadtplan aus, welche besonderen Punkte und Markierungen wären Dir wichtig? Wie ist die Infrastruktur, was ist mir überhaupt wichtig und wie komme ich dort hin? Was würdest Du ändern, wenn Du Einfluss hättest?

Viel Freude beim Erstellen Deines Reiseführers



Online - präsent - hybrid

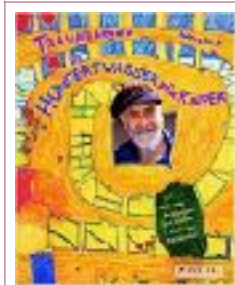
6. Zertifikatskurs „Fortbildung Biografiearbeit“ der EAEW im Stuttgarter Raum



Zum sechsten Mal hat ein Lehrgang Biografiearbeit der EAEW in Kooperation mit LebensMutig im Stuttgarter Raum stattgefunden. Ein ursprünglich präsent geplanter Ausbildungskurs fand zunächst online, dann präsent und schließlich im letzten Modul hybrid statt. Am 25. und 26. März präsentierten 9 Teilnehmer:innen im Raum und 3 Personen online zugeschaltet ihre tollen Projekte, z.B. Biografiearbeit im Einzelgespräch mit einer geflüchteten jungen Frau, eine biografische Entdeckungsreise für Männer und Biografiearbeit und Ausdrucksmalen für Alleinerziehende.

Herzlichen Glückwunsch allen Absolvent:innen und viel Freude bei der Umsetzung der Biografiearbeit! Ein neuer Lehrgang der EAEW „Fortbildung Biografiearbeit“ startet im Juli 2022 und es sind noch einige Plätze frei. (NG)

Literaturtipps



Träume ernten - Hundertwasser für Kinder (2007), Barbara Stieff

Hundertwasser war ein Freigeist und Querdenker. Er träumte von einer besseren Welt, in der die Menschen wie im Paradies im Einklang mit der Natur und allen Lebewesen leben sollten. Dazu gibt es zahlreiche Anregungen zum Nachdenken und Wahrnehmen, zum Entdecken und kreativen Gestalten als Herausforderung zur Entwicklung der eigenen schöpferischen Kreativität.

Veranstaltungsempfehlungen

22.-23.07.2022

Lebensschätze heben: Grundlagen der Biografiearbeit

Trainerinnen: Susanne Hölzl & Nadja Graeser

Veranstaltungsort: Evang. Akademie Bad Boll, Information & Anmeldung: www.eaew.de

LebensMutige Seminare

Ausführliche Informationen zu unseren Veranstaltungen finden Sie auf www.lebensmutig.de!



QR Code LebensMutig



Infobrief Biografiearbeit | April 2022 | Auflage: 1700

Redaktion | Dagmar Köhler | dagmar.koehler@lebensmutig.de

Herausgeber | Domberg-Akademie & LebensMutig – Gesellschaft für Biografiearbeit e.V.

Kontaktadresse | Untere Domberggasse 21 85354 Freising.

Sie können den InfoBrief bestellen bzw. abbestellen unter infobrief@lebensmutig.de

