

# **Biografisches Coaching**

**Eine berufsbegleitende Weiterbildung  
2018**

**© Annette Kurz**

**WERKSTATT KREATIVE ENTWICKLUNG**

Annette Kurz Clausewitzstr.6, 10629 Berlin 030-25 32 22 66 [ankurz@web.de](mailto:ankurz@web.de)

## Biografisches Coaching

Der Weg zu Frieden, Harmonie, Freiheit und Glück ist ein innerer Weg – ein Bewusstseinsweg der mit geistigen Erkenntnissen und seelischen Transformationsprozessen einhergeht.

Unter Anwendung der **geistigen Gesetze** gibt diese ganzheitliche Form der Entwicklungsbegleitung Aufschluss über die universellen Zusammenhänge des Lebens, der menschlichen Biografie und den damit verbundenen Herausforderungen.

Biografisches Coaching bietet Antworten auf zentrale Fragen wie: *Wer bin ich? Was will ich wirklich? Worin liegt meine Lebensaufgabe?* Diese Fragen melden sich verstärkt in Lebenskrisen und -übergängen und sind eine Chance, seinen seelisch-geistigen Kräften vermehrt Aufmerksamkeit zu schenken und der inneren Stimme zu vertrauen. Trennungen, der Verlust eines Menschen oder des Arbeitsplatzes, schwierige Beziehungen, körperliche Symptome, Unzufriedenheit und Lustlosigkeit sind meist die Auslöser sein Leben zu klären, seine Perspektiven zu erweitern und neue Prioritäten zu setzen.

Biografisches Coaching basiert auf einem ganzheitlichen, positiven Menschenbild und ist ein zeitgemäßer und wirksamer Weg zu Selbst-Bewusstsein und Selbsterkenntnis, der den Menschen in seinen wesentlichen individuellen Bedürfnissen und Zielen fördert. Biografisches Coaching ist keine Therapie, sondern Hilfe zur Selbsthilfe und ist heute ein anerkanntes und häufig nachgefragtes Beratungsformat.

Die Ausbildungsinhalte und -methoden sind über den persönlichen Gewinn hinaus in jeder beratenden, pädagogischen, heilenden und künstlerischen Tätigkeit zu nutzen. Im Kontext der Konfliktarbeit und Mediation bietet Biografisches Coaching eine sinnvolle Ergänzung und Vertiefung, um die Klienten in ihren Veränderungsprozessen zu unterstützen.

Biografisches Coaching gibt dem persönlichen und professionellen Profil eine entscheidende zusätzliche Qualität: den seelisch-geistigen Menschen in seiner Einzigartigkeit zu erkennen und zu fördern – jenseits von Rollen, Funktionen und Masken.

Im Sinne eines intensiven persönlichen und gemeinsamen Lernprozesses wird in einer kleinen Gruppe mit maximal 10 TeilnehmerInnen gearbeitet.

## **Inhalte & Termine**

### **1. Die Lebensgesetze**

09.02. – 10.02.2018

- Persönliche Fragestellung
- Universelle Lebensgesetze
- Lebensphasen
- Schicksal und Freiheit

### **2. Das biografische Feld**

09.03. – 10.03.2018

- Geburtssignatur
- Mutter/Vater-Urbilder
- Lösung der Familienthemen
- Zentrale Erinnerungen

### **3. Beziehungen und Karma**

06.04. – 07.04.2018

- Das „soziale Spiegelkabinett“
- Schicksalsverbindungen
- Beziehungsmuster
- Liebe und Abhängigkeit

### **4. Krankheit und Heilung**

04.05. – 05.05.2018

- Die Entstehung von Krankheiten
- Symbolsprache körperlicher Symptome
- Schattenintegration
- Selbstheilungskräfte

### **5. Beruf und Berufung**

01.06. – 02.06.2018

- Berufsbiografie
- Eigene Werte und Motive
- Potenziale
- Visionen

## 6. Transformation

29.06. – 30.06.2018

- Loslassen/Entrümpeln
- Aufstellung der Seelenanteile
- Programme und Glaubenssätze
- Übungswege

## 7. Seelenplan und Lebensaufgabe

31.08. – 01.09.2018

- Intuition
- Neue Seelenfähigkeiten/Medialität
- Innere und äußere Biografie
- Masken ablegen

## 8. Gesprächsqualitäten

28.09. – 30.09.2018

- Wahrnehmung energetischer Qualitäten
- Gesprächsaufbau
- Das Seelengespräch
- Die Haltung im Biografischen Coaching
- Abgrenzung zu anderen Beratungsformen

## 9. Biografisches Coaching in der Praxis

02.11. – 04.11.2018

- Anwendungsbereiche
- Selbstzentrierung
- Die eigene Selbstwirksamkeit
- Das individuelle Profil
- Abschlusspräsentationen
- Zertifikate

## **Diese Weiterbildung**

beginnt 2018 bereits zum 15. Mal. Das ausgereifte und fundierte ganzheitliche Konzept zeichnet sich durch kompakte, universelle, miteinander vernetzte Inhalte und deren praktische, lösungsorientierte Vermittlung und Anwendung aus.

Meine Arbeitsweise ist grundsätzlich freilassend. Im gegenseitigen Austausch und bei offener Lernatmosphäre gestalten Sie durch Ihre Fragestellungen die Seminare entscheidend mit.

Fundierte geisteswissenschaftliche Grundlagen (maßgeblich aus der Anthroposophie) sowie Inhalte traditioneller und moderner Weisheitslehren vernetze ich mit aktuellen Ergebnissen der Bewusstseinsforschung und der Naturwissenschaft, sodass Sie in Ihrer freien Gedankenbildung angeregt werden. Das breite, kreative und effektive Methodenspektrum ermöglicht, verschiedene Wahrnehmungs- und Lernebenen anzusprechen. Hierzu braucht es keinerlei künstlerische oder persönliche Voraussetzungen.

## **Teilnehmerzahl:**

Maximal 10

## **AbsolventInnen dieser Weiterbildung**

sind Menschen aus helfenden, beratenden, pädagogischen und künstlerischen Berufen, Führungskräfte, MediatorInnen, Mitarbeiterverantwortliche oder persönlich Interessierte, die ihre Perspektiven erweitern und dem Leben eine neue Richtung geben wollen.

## **Lernziele:**

- Das Leben entschlüsseln
- Potentiale und Intuition entfalten
- Beziehungsqualitäten verbessern
- Lebens- und Entwicklungsgesetze kennen und anwenden
- Schicksalsbewusstsein ausbilden
- Karmische Zusammenhänge aufdecken
- Unbrauchbare Gedanken- und Verhaltensmuster loslassen
- Wahrnehmung und Bewusstsein erweitern
- Seelen- und Lebensplan erkennen
- Biografisches Coaching professionell durchführen

## Die Seminare im Einzelnen

### 1. Die Lebensgesetze

Die menschliche Biografie unterliegt Natur- und Lebensgesetzen (z.B. Polarität, Resonanz, Rhythmus, Ursache und Wirkung, Wiederkehr des Verdrängten etc.), welche die individuelle Biografie entscheidend beeinflussen.

Die Lebensphasen in der Biografie zeichnen sich durch unterschiedliche Qualitäten, jeweils andere Fragestellungen und neue Herausforderungen in verschiedenen Lebensfeldern aus.

Jeder Lebenslauf folgt einer gesetzmäßigen, in sich logischen Dramaturgie, die in ihren Grundsäulen festgelegt ist und womit sich jeder – bewusst oder unbewusst – auseinandersetzen muss.

Wie der Einzelne das tut, liegt in der persönlichen Freiheit.

Hinter jeder Biografie steckt eine Idee, die unterschiedlich verwirklicht werden kann.

### 2. Das biografische Feld

Unsere Wurzeln, Prägungen und zentralen „Life Events“ zeigen eine spezifische Signatur auf, die z.B. schon in den Umständen der Geburt und maßgeblich in der Wahl unserer Eltern deutlich wird. Auch ungelöste Themen unserer Ahnen tragen wir mit uns.

Die Kindheitsprägungen ziehen sich, werden sie nicht erkannt, weiter durch unser Leben. Diese finden wir sowohl in beruflichen Konstellationen als auch in den Schemata unserer Partnerwahl wieder.

Wenn die scheinbar widersprüchlichen, nicht zusammenhängenden biografischen Ereignisse und Erlebnisse in Beziehung zueinander gesetzt werden, können wir mit biografischem Wissen die dahinterliegenden Dynamiken und Muster entdecken.

Sogenannte Zufälle, Analogien und Synchronizitäten werden als Hinweise für die tiefere Lebensmotivation und -aufgabe befragt.

### 3. Beziehungen und Karma

„*Alles Leben ist Begegnung*“, schreibt Martin Buber in seinem bekannten Werk *Ich und Du*. Begegnungen und Beziehungen stehen in der Biografie zentral. Sie spiegeln uns auf jeweils andere Art und Weise und rufen unsere Gefühle auf den Plan. Beziehungen konfrontieren uns immer mit den eigenen Erwartungen, Vorstellungen und Sehnsüchten, mit unseren Mustern und Potenzialen.

Liebe ist die größte Kraft im Universum. Jede Begegnung ist eine Gelegenheit, diese im gemeinsamen Bemühen und im Austausch, sowie in der Kommunikation zu suchen. Dies gestaltet sich in Schicksalsbeziehungen meist schwierig, da wir die Komplexität der Wirkungen des Karmas und der Lebensgesetze nicht verstehen.

#### 4. Krankheit und Heilung

Krisen und Krankheiten äußern sich in Symptomen, welche von jeder Bewertung befreit werden müssen, um als wertvoller Wegweiser im Heilungsprozess dienen zu können.

Der Körper dient als Spiegel der Seele. Krankheit ist eine Manifestation unbewusster Seelenanteile, des sog. Schattens, der integriert werden will.

Heilung geht mit der Frage und einem Verständnis dessen einher, wofür das Symptom der Krankheit auf seelisch/geistiger Ebene steht. Hier können die Selbstheilungskräfte aktiviert werden.

#### 5. Beruf und Berufung

Der Beruf ist eine der zentralen Möglichkeiten des Selbstaudrucks und nicht auf das Geldverdienen zu reduzieren. Die berufliche Frage wird im zunehmenden Reifeprozess immer wichtiger.

Inspiziert die Arbeit noch oder funktioniert man mehr oder weniger?

Wie kann die Sinnhaftigkeit und die Arbeitsfreude (wieder)hergestellt werden?

Jeder Mensch hat eine Fähigkeit oder eine Kombination von Fähigkeiten, die einzigartig ist, und in der Gesellschaft gebraucht wird.

Diese Potentiale ausfindig zu machen und sie anderen zur Verfügung zu stellen, führt in die Berufung. Gerade bei beruflichen Fragestellungen können persönliche und ethische Einstellungen überdacht und neu ausgerichtet werden.

Beruflicher Erfolg ist immer auch menschlicher Erfolg.

#### 6. Transformation

An diesem Wochenende wird mit Aufstellungen gearbeitet, wodurch Transformation erfahrbar und sichtbar wird. Im Vordergrund steht mehr und mehr, der eigenen inneren Stimme zu vertrauen und das Wesentliche für sich zu leben.

Bewusstes Entrümpeln auf äußerer Ebene kann den inneren Prozess des Loslassens und Vergebens (auch sich selbst!) hilfreich unterstützen. Jedes Teil, welches wir besitzen und in Schubladen, Kisten und Kellern horten, bindet unsere Energie. Auf der inneren Ebene horten wir u.a. fixe Vorstellungen, Glaubenssätze, Bewertungen und Selbstbilder, die wie eine falsche Matrix unser wahres Ich überlagern. Der Transformationsprozess ist ohne Besinnung auf unsere Biografie nicht möglich. Gesunde Distanz zur eigenen Vergangenheit, die Aneignung von Wissen und das Durchschauen von Zusammenhängen, ermöglichen erst, uns bedingungslos für die Zukunft öffnen zu können – für Klarheit, Lebensfreude und Liebe.

## 7. Seelenplan und Lebensaufgabe

Um die Stimme der Seele hören zu können, muss man leise werden.

Unseren Seelenplan, woraus sich die Lebensaufgabe erschließt, haben wir uns vorgeburtlich vorgenommen. Darin liegen all unsere Potenziale, welche oft tief vergraben sind. Die Erinnerung daran ist unsere Intuition, das „Bauchgefühl“. Die Pläne des Verstandes sind meist von alten Konzepten bestimmt, wovon unsere Seelenenergie „verstopft“ ist.

Wenn wir uns in unserem So-Sein nicht annehmen und zeigen, leidet darunter ebenso unsere Beziehungsfähigkeit und unser soziales Umfeld. Womöglich erkennen wir unsere SchicksalsgefährtnInnen nicht oder „verpassen“ sie regelrecht. Die Rückverbindung mit unserem Seelenplan, dem Höheren Selbst, ist Ziel jeder Biografie heute.

Durch methodisches Arbeiten an der Biografie ist es jedoch ebenso möglich, auf kognitivem Wege Sinnfragen und die Logik in den Ereignissen des Lebens zu erkennen.

Biografisches Coaching bietet hier für jeden einen nachvollziehbaren Weg der Selbstfindung und Orientierung.

## 8. Gesprächsqualitäten

Das biografische Gespräch spricht das seelisch-geistige Wesen des Menschen an. Die Botschaften, die über die verbalen Informationen hinausgehen, werden in diesem Seminar differenziert aufgezeigt und geübt. Darüber hinaus werden Möglichkeiten und Methoden des Gesprächsaufbaus vermittelt.

Biografisches Coaching ist Hilfe zur Selbsthilfe, stellt die Selbstverantwortung und Kompetenz des Klienten für das eigene Leben in den Vordergrund und lässt ihn hierin vollkommen frei.

Biografisches Coaching inspiriert durch Fragen und ein kreatives Übungsangebot, bewertet nicht und erhebt keinen Anspruch auf ein „vorgedachtes“ Ergebnis. Dies bleibt einzig und allein dem Klienten überlassen. Darum ist es wichtig, die Grenzen zur Therapie und anderen Beratungsformaten zu kennen und zu beachten.

## 9. Biografisches Coaching in der Praxis

Je nach Anliegen sind unterschiedliche Formen des Biografischen Coachings möglich. Der biografische Ansatz findet Anwendung in Einzelcoachings, in Mediation und Konfliktmanagement, in Führungsverantwortung, Personal- und Teamentwicklung, als Bestandteil einer Unternehmensberatung, in Pädagogik, Therapie, Altenpflege, Seelsorge, und im Auf und Ab des eigenen Lebens.

Welche Übungen und Methoden zu welcher Gelegenheit und Fragestellung wirksam sind, wird in diesem Seminar unter Berücksichtigung des eigenen Profils erarbeitet. Auf dieses Thema und Möglichkeiten der Anwendung bzw. Integration in Ihre bestehende Berufspraxis, werden die Abschlusspräsentationen ausgerichtet sein.



## **Seminarzeiten**

Februar – November 2018

Seminar 1 – 7 Fr/Sa 10.00 – 17.00 Uhr

Seminar 8 – 9 Fr/Sa/So 10.00 – 17.00 Uhr

20 Tage, insgesamt 160 Stunden ( 20 Stunden Eigenarbeit)

## **Ort**

Berlin

## **Seminaranmeldung**

Bitte per Email an [ankurz@web.de](mailto:ankurz@web.de) oder telefonisch unter +49 30 253 222 66

Danach erhalten Sie eine Weiterbildungsvereinbarung.

Gern biete ich Ihnen zusätzlich ein persönliches Vorgespräch an.

## **Einstiegsseminar**

Das erste Seminar kann im Einzelfall als Entscheidungsseminar genutzt werden. Teilnahmegebühren: € 400,-

## **Kosten**

Insgesamt: € 2800,-

Bei Zahlung des Gesamtbetrages vor Beginn der Ausbildung: € 2600,-

Anzahlung: € 400,-

Eine Ratenzahlung ist nach persönlicher Absprache möglich.

Inkl. umfangreichem Seminarmaterial und Pausengetränke.

Umsatzsteuerbefreit.

## **Zertifikat**

Sie erhalten zum Abschluss der gesamten Weiterbildung bei regelmäßiger Teilnahme ein Zertifikat.

## **Leitung**

Annette Kurz



Mein Weg führte mich über eine musikalische Laufbahn zur Akademie für Darstellende Kunst „Otto-Falckenberg“ München und zu langjähriger Bühnentätigkeit an Stadt- und Staatstheatern. 1992 Ausbildung zur Biografieberaterin und Aufbau der Biografieausbildung in Berlin, 2001 - 2016 Ausbilderin „Mediation und Konfliktmanagement“, jetzt Leiterin der Weiterbildung „Führung neu denken“ an der FH Potsdam. Seit 25 Jahren selbständig als Künstlerin, Coach, Ausbilderin, Beraterin und spirituelle Mentorin. Schwerpunkte zur Zeit: Biografie- Karmaberatung ( hierin auch Ausbilderin), Begleitung von Transformationsprozessen in Gemeinschaften, Beziehungsklärung, mediale Beratung.