

Biografie Coaching

Intensivtag

Dauer 1 Tag | 4 x 90 Minuten mit Pausen

Zielgruppe Menschen, die ihre Lebensgeschichte reflektieren und ausdrücken möchten

Dieser Intensivtag kombiniert Biografiearbeit mit kreativem Schreiben (oder einer Ausdrucksform der Wahl) und richtet sich an alle, die ihre Geschichte bewusster betrachten, ausdrücken oder für ein Schreibprojekt nutzen möchten. In einem geschützten Raum erkunden wir Erinnerungen, Perspektiven und Erzählstile, entwickeln kreative Techniken und bringen deine Ideen zum Fließen. Wenn sich unerlöste Themen zeigen, zeige ich dir Ansätze der Aufarbeitung und Integration.

Ich unterstütze dich dabei, deine Erinnerungen, Erfahrungen und Gedanken in eine stimmige Form zu bringen. An **deinem Biografie Tag** bekommst du Klarheit und wertvolle Werkzeuge.

Du

- möchtest deine Lebensgeschichte festhalten, weißt aber nicht, wo anfangen
- schreibst bereits, aber suchst nach Struktur, Klarheit oder einem roten Faden
- hast Lust auf eine eigene künstlerische Art, deine Geschichte auszudrücken
- möchtest deine Erinnerungen kreativ oder therapeutisch nutzen
- wünschst dir Werkzeuge für die Verarbeitung von schwierigen Erfahrungen

Mein Ansatz

Ich kombiniere bewährte Methoden der Biografiearbeit und Kunsttherapie mit kreativem Ausdruck und einfühlsamem Coaching. Ob du Inspiration brauchst, Schreibblockaden lösen willst, eine klare Struktur für dein Projekt oder therapeutische Begleitung suchst, ich halte dir an diesem Tag individuell und wertschätzend den Raum.

Investition CHF 640.- für 6 Stunden (ohne Reisespesen und Raummiete)

Ort Deine Wahl

Lass uns gemeinsam den Schatz deiner Geschichte heben.
Ich freue mich darauf, dich auf dieser kreativen Reise zu begleiten!

Rose Marie Gasser Rist

Biografin | Autorin | Kunsttherapeutin | Dozentin

hallo@was-bleibt.net

www.was-bleibt.net

+41 79 568 01 66