

Kontakt zu seiner vorgeburtlich bestimmten Lebensaufgabe bzw. Lebensmission. Aus den biografischen Ereignissen und Situationen in diesen Zeiten lassen sich Aspekte der Lebensmission herauslesen. Dies ermöglicht einerseits, den Verlauf und den Sinn des bisherigen Lebensgangs besser zu verstehen und den weiteren Lebensweg bewusster zu gestalten.

PHILIP JACOBSEN: Dornach; Biografiearbeit mit Einzelpersonen und Paaren, Coaching, Team- und Unternehmensentwicklung; Ausbildung; www.praxisbiografiearbeit.ch

7 Unsere Biografie als heldenhafte Lebensreise

Wir befassen uns mit den zwölf Stufen der Heldenreise, angelehnt an den Tierkreis und den Sechsjahresrhythmus. Ich gehe zwar meinen individuellen Lebensweg allein, bin jedoch durch ähnliche Erfahrungen mit meinen Zeitgenossen verbunden.

So schauen wir auf unserem Lebensbogen aus der Erinnerung punktuell bestimmte Ereignisse an, die zuhause vertieft werden können.

STEFANIE SCHÄR: Dornach; Sozialpädagogin, Ausbilderin; Biografie-Werkstatt; www.biografie-werkstatt.ch

Kosten

Tagungsgebühr

- ♦ Förderpreis: CHF 170
- ♦ Regulär: CHF 140
- ♦ Ermässigt: CHF 105
- ♦ Studierende: CHF 70
- ♦ Goetheanum-Pass: CHF 50

→ alle Preiskategorien inklusive Mittagessen und Pausenverpflegung

Parkplatz: CHF 10 (für ganzen Tag)

Anmeldung (erbeten bis Sonntag, 7. Juni 2026)

Online über Goetheanum: <https://goetheanum.ch/de/veranstaltungen/bio26>

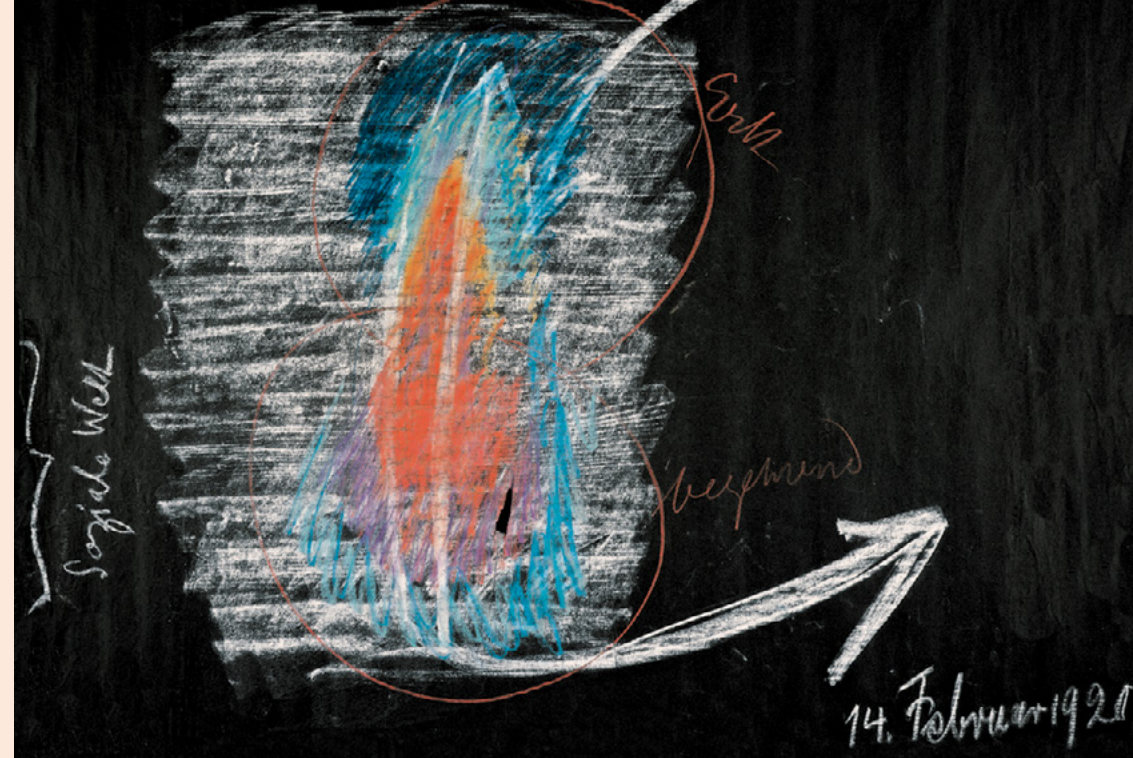
Goetheanum Tickets (Dienstag bis Sonntag, 14:00 bis 18:00): +41 61 706 44 44



Links

BBAS: <https://www.biographiearbeit-bbas.ch>

Goetheanum: <https://goetheanum.ch/de>



In Zeiten des Wandels den eigenen Weg finden – Biographiearbeit kennenlernen

Öffentliche Tagung des Berufsverbands
Biographiearbeit Schweiz BBAS

Samstag, 20. Juni 2026 von 10:00 bis 17:30 Uhr
am Goetheanum

Jede Biografie ist einzigartig – voller Erfahrungen, Wendepunkte, Ecken und Kanten, Wunden, Wunder und Fragen, die nachklingen. Wer innehalten möchte, um den eigenen Lebensweg besser zu verstehen, findet in der Biographiearbeit einen achtsamen, kraftvollen Zugang.

Diese Tagung lädt dazu ein, Biographiearbeit kennenzulernen: Was ist Biographiearbeit? Was bewirkt sie?

In Kurzbeiträgen, Arbeitsgruppen und im Austausch eröffnen sich erste Wege, die eigene Lebensgeschichte bewusster zu betrachten. Gemeinsam erkunden wir Fragen wie: Was hat mich geprägt? Was trägt mich? Was ruft mich weiter?

Wir arbeiten mit Methoden der angewandten Biographiearbeit auf Grundlage der Anthroposophie. Sie hilft uns, Impulse zu hören, Resonanz zu erleben – und lässt uns spüren, wie stärkend es sein kann, sich selbst und anderen in der Tiefe zu begegnen.

Die Tagung richtet sich an alle, die Biographiearbeit in ihrer Weite und Einfachheit kennenlernen und entdecken möchten – als Weg zu sich selbst, zu anderen und zu einem Leben mit mehr Bewusstheit und Sinn.

Programm

10:00–11:00	Begrüssung, Einführung, Vorstellung Workshop-Leitende
11:00–11:30	Pause mit Pausenverpflegung
11:30–13:00	Arbeitsgruppen 1–7 (wie am Nachmittag)
13:00–14:30	Mittagspause, Mittagessen
14:30–16:00	Arbeitsgruppen 1–7 (wie am Vormittag)
16:00–16:30	Pause mit Pausenverpflegung
16:30–17:30	Mitteilen der Eindrücke, Erkenntnisse, Fragen; Abschluss; Verabschiedung

Arbeitsgruppen

→ Die Themen der Arbeitsgruppen am Vor- und Nachmittag sind identisch.

1 Schwellen im Alltag überwinden – Wie kann ich Mut finden, einen neuen Schritt im Leben zu wagen?

Immer wieder sind wir im Leben gefragt, etwas Neues zu wagen, das wir nicht kennen oder nicht überschauen oder bei dem wir nicht sicher sind, wie es sich auswirken wird. Ob es um eine neue berufliche Aufgabe geht, wir in menschlichen Beziehungen neue Schritte gehen oder ein Thema, eine Tätigkeit aufgreifen möchten – täglich kann dieses Gefühl des «Risikos», etwas anders als bisher zu tun, uns begleiten. Wie treffen wir eine solche Entscheidung? Was unterstützt und was hindert uns dabei? Wofür stehen wir ein? In dieser Arbeitsgruppe wollen wir eigene Erlebnisse «befragen», um unser Empfinden und unsere Klarheit für ein selbstgeführtes Handeln zu stärken.

ANDREA MOTTE: Basel, biografisches Coaching, Seminare für Biographiearbeit, «Schicksalslernen» u. a.; www.motte.ch

2 Die «fünf» Temperamente

Du begegnest den vier klassischen Temperamenten und entdeckst als Zugabe deine ganz persönliche Mischung, das «fünfte» Temperament. Mit Humor, Musik, Beispielen und kleinen Übungen finden wir heraus, was sie über uns verraten und warum Unterschiede das Zusammenleben oft bunter (und entspannter) machen. Ganz nebenbei verstehst du dich selbst und vielleicht auch Kinder, Nachbarn oder Kolleg:innen ein Stück besser. Mitbringen brauchst du nur Neugier und Entdeckerlust.

ANNE DE WILD: Basel, Naturärztin und Biografiearbeiterin, Autorin von «Das Kolibri Prinzip – Sieben Impulse für gelebte Menschlichkeit»; www.de-wild.ch

3 Das Licht, das andere in uns sehen – Wie Begegnungen uns für die Wahrnehmung unserer verborgenen Stärken öffnen können

Gemeinsam erforschen wir, wie frühe Lebenserfahrungen unseren heutigen Weg prägen und wie in Begegnungen, im Gesehenwerden durch den Anderen, sich Lichtquellen in uns zeigen können, die uns selbst – besonders in schwierigen Momenten – oft verborgen bleiben. Künstlerisches Arbeiten mit Pastellkreiden ermöglicht es, diesen Prozess zu erleben und zu vertiefen.

ANTJE-SOLVEIGH STREIT: Lausanne; Kunsttherapeutin und Biografiebegleiterin; www.solveigh.art

4 Wie finden wir innere Freiheit und gelebte Beziehung?

Unser Leben entfaltet sich als fortwährender Entwicklungsprozess, geprägt von Erfahrungen, Beziehungen und inneren Kräften. Die Siebenjahresrhythmen eröffnen Einblicke in die Herausforderungen und Potenziale jeder Lebensphase. Freiheits- und Strukturkräfte wirken gemeinsam, um Gleichgewicht zwischen Autonomie und Bindung zu ermöglichen. Praktische Übungen und Reflexionen zeigen Wege zu innerer Klarheit, Selbstbestimmung und gelebten Beziehungen.

GABRIELA MATHYS: Bern; Biografie-Arbeiterin, systemische Familienbegleiterin, Marte Meo Therapist; www.biografieberatung.ch

5 Werte, Glaubenssätze, Sonnenqualitäten

Gemeinsam untersuchen wir anhand biographischer Erlebnisse, wie *Werte* – unser innerer Kompass –, *Glaubenssätze* – unsere innere Erzählung – und *Sonnenqualitäten* – das gelebte Selbst – unserem Leben eine Richtung verleihen. Diese drei Ebenen wirken meist unterhalb der bewussten Wahrnehmung. Wir versuchen, unbewusste Werte sichtbar zu machen, einschränkende Glaubenssätze besser handzuhaben und zu entdecken wie die eigenen «Sonnenqualitäten» uns stärken können.

JOOP GRÜN: Basel; Biographie- und Gesprächsarbeit, Einzel- und Partnerschaftsarbeit, Supervision, Coaching, Ausbildung; www.biographie-arbeit.ch

6 Die Mondknoten – Fenster zur Lebensmission

Die Zeiten der ganzen und halben Mondknoten in der Biografie kehren alle 18 Jahre, 7 Monate, 10 Tage wieder. Um diese Zeiten hat der Mensch – meist unbewusst – stärkeren