



Workshop

eigene Ressourcen
entdecken durch
Biografiearbeit



Beratungsstelle für Trauernde

„Wir können über das Leben nichts wissen, es sei denn, wir erzählen Geschichten“

(Hannah Arendt)

Um die eigene Lebensgeschichte zu wissen, macht Erfahrungen und Verhalten der Vergangenheit und Gegenwart verstehbar und beeinflusst mögliche Lebensperspektiven.

Ressourcen befähigen Menschen, schwierige Lebenssituationen zu bewältigen und sich Herausforderungen im Leben zu stellen.

In unserem Workshop wollen wir durch Methoden des biografischen Arbeitens unsere eigenen Ressourcen entdecken und aktivieren. Denn gerade Zeiten der Trauer fordern uns heraus bis an die Belastungsgrenze und oft genug darüber hinaus. Um so wichtiger ist es nach dem zu suchen, was in solchen Wüstenzeiten neue Kraft gibt, weiter zu machen.

Wann: 06. April, 10-15 Uhr

Wo: Götzstraße 24b, 12099 Berlin

Kosten: 20 Euro (inklusive gemeinsames Mittagessen)

Anmeldung: Beratungsstelle für Trauernde, Tel: 030 755 15 16 20 / trauerberatung@ts-evangelisch.de