

Therapeutische Biografiearbeit in der Praxis

Wir bringen wohl Fertigkeiten mit, aber unsere Entwicklung verdanken wir tausend Einwirkungen einer großen Welt, aus der wir uns aneignen, was wir können und was uns gemäß ist. Die Hauptsache ist, dass man eine Seele habe, die das Wahre liebt, und die es aufnimmt, wo sie es findet.

Johann Wolfgang von Goethe

von Eka Kvaratskhelia



Nach meinem Schulabschluss studierte ich in Georgien Medizin und beendete mein Studium mit einem Diplom für Allgemeinmedizin. Dieses wurde in Deutschland nicht anerkannt. Dennoch blieb ich meinem Berufsweg treu und absolvierte hier eine Ausbildung zur Heilpraktikerin. Um mich stets weiterzubilden, kamen darüber hinaus noch weitere Aus- und Fortbildungen, wie anthroposophische Heilkunde an der Akademie für Heilkunde und Anthroposophie in Mannheim; Ausbildung in anthroposophischer Medi-

zin, ein Vollzeitkurs in der Eugen-Kolisko-Akademie.

Während meiner Tätigkeit als Heilpraktikerin in einer Gemeinschaftspraxis konnte ich immer wieder erkennen, wie die Ereignisse im Lebenslauf große Auswirkungen auf eine Krankheitsentstehung und ihren Verlauf haben können. In Folge dessen vertiefte ich mein Wissen noch mit einer Weiterbildung in anthroposophischer Biografiearbeit und konnte dies in meinen Praxisalltag gut integrieren und erfolgreich anwenden.

Ab Juni 2023 beginnt für mich ein neuer Lebensabschnitt, da ich im Frankfurter Therapeutikum anfangen werde zu arbeiten. Weil Frau von Lochow zum Ende des Jahres 2023 nach Norddeutschland in den enkelerfüllten Unruhestand gehen wird, übernehme ich ihre Praxis, wofür ich sehr dankbar bin. Bis dahin freue ich mich auf die Zusammenarbeit mit meiner geschätzten Kollegin.

Auf den Grundlagen des anthroposophischen Menschenbildes werde ich in meiner Praxis biografische Gespräche anbieten.

Das durch den heutigen Zeitgeist geprägte, turbulente und nicht selten hektische Leben führt oft dazu, dass sich Fra-

gen häufen, die schwer zu beantworten sind:

Was bin ich geworden? Was habe ich bis jetzt geschafft? Lebe ich noch mein Leben?

Wie kann ich jetzt etwas ändern, um meine Zukunft nach meinen Vorstellungen zu gestalten? Wo sind meine Kraftquellen? Wie kann ich gestärkt aus einer krisenhaften Situation herauskommen?

All diese Fragen nach einem roten Faden im Leben werden wir gemeinsam und in einer ruhigen Atmosphäre behandeln.

Mit großer Wertschätzung und Achtsamkeit begleite ich die Menschen in meiner Praxis dabei, sich mit ihrer eigenen Biografie aktiv zu befassen. So helfen verschiedene therapeutische Ansätze, Erinnerungsarbeit und eine Rückschau auf die Vergangenheit dabei, Krisen, Krankheiten und Umbrüche aus einem anderen Blickwinkel zu betrachten. Hier werden wir primär Erkenntnisse aus den Erlebnissen herauslesen, ohne sie zu bewerten oder zu deuten.

In Siebenjahres-Zyklen werden biografische Abschnitte – sowohl in der Vergan-

genheit als auch in der Gegenwart – besprochen und dabei Schritt für Schritt versucht, innerlich Abstand zu gewinnen. Dadurch können neue Erkenntnisse gewonnen werden, die die Sichtweise auf das eigene Leben positiv beeinflussen.

Auch positive und schöne Erlebnisse werden wir gemeinsam anschauen.

Therapeutische Biografiearbeit mit ihren verschiedenen Methoden dient dazu, bestimmte biografische Rhythmen, Zusammenhänge und Gesetzmäßigkeiten im eigenen Lebenslauf zu erkennen und besser zu verstehen. Das stärkt die Selbstwahrnehmung, unterstützt die Eigentätigkeit und mobilisiert Lebenskräfte.

Aus den Krisen heraus versuchen wir gemeinsam, mit vorhandenen Ressourcen freigewordene Lebenschancen zu erkennen und zukunftsorientiert einzusetzen, damit eine positive Veränderung im Leben möglich wird.

Ich freue mich auf Sie im Frankfurter Therapeutikum im Haus Aja Textor-Goethe. Tel. 069/53093140 und 0157/38776431

Heilpraktikerin Eka Kvaratskhelia



Man bleibt jung, solange man noch lernen,
neue Gewohnheiten annehmen und einen
Widerspruch ertragen kann.

Marie von Ebner-Eschenbach