

«ICH BIN DANKBAR FÜR DAS  
GEWESENE IN MEINEM  
BISHERIGEN LEBEN; AUCH FÜR  
DAS SCHWERE. SO VIELE  
HERAUSFORDERUNGEN HABE  
ICH BESTANDEN! ICH SPÜRE  
EINE NEUE GELASSENHEIT,  
WENN ICH AN MEINE ZUKUNFT  
DENKE.»

MARTIN J., KLIENT

## KONTAKT & INFORMATION

Vereinbaren Sie ein unverbindliches Erstgespräch. Ich freue mich, Sie bei Ihrer Lebensrückschau zu begleiten.

Weitere Informationen zu Inhalt, Ablauf und Kosten finden Sie auf meiner Homepage.

MARIANNE AEBERSOLD  
URSPRUNGSTRASSE 8  
4912 AARWANGEN  
062 520 63 93



INFO@LEBENS RUECKBLICKE.CH  
WWW.LEBENS RUECKBLICKE.CH



## LEBENS RÜCKBLICKE MARIANNE AEBERSOLD

## LEBENS SPUREN ENTDECKEN

STRUKTURIERTER LEBENS RÜCKBLICK



## IHRE PERSÖNLICHE BEGLEITERIN

Der Experte oder die Expertin Ihrer Lebensgeschichte sind Sie. Ich verstehe mich als offene Wegbegleiterin auf Ihrer biografischen Spurensuche. Wertschätzend und zugewandt unterstütze ich Sie bei Ihrer Lebensrückschau.

### MEINE AUSBILDUNG ZUR BIOGRAFISCHEN BEGLEITERIN:

- Diplom Praxiskompetenz in Transaktionsanalyse, SGTA/ASAT
- Zertifikat Biografiearbeit, „LebensMutig e.V.“ in Deutschland
- Diplom Holistisch psychologische Lebens- und Trauerbegleitung, Individualpsychologie, LEQUA
- Zertifikat in Spiritual Care, CAS Universität Bern
- Zertifikat in Dignity Therapy nach Chochinov, Universität Zürich
- Zertifikat Begleitung in der letzten Lebensphase, Caritas Zürich



## MEIN ANGEBOT: STRUKTURIERTER LEBENSRÜCKBLICK

Im lebensgeschichtlichen Gespräch gehen wir in geschütztem Rahmen gemeinsam auf Spurensuche. Im Erzählen beleben Sie Ihre Erinnerungen neu. Ich ermutige und begleite Sie auf Ihrer Entdeckungs- und Entwicklungsreise. Dabei können Sie einen neuen, freudvollen Blick auf den Reichtum Ihres gelebten Lebens gewinnen und sich Ihrer „Lebensernte“ bewusst werden.

### FÜR MENSCHEN ...

- mit dem Bedürfnis, auf das eigene Leben zurückzuschauen
- in herausfordernden Lebensübergängen
- in Um- und Neuorientierung
- in Abschieds- und Verlustsituationen

## ZIEL DES BEGLEITETEN LEBENSRÜCKBLICKS

Leben ist Veränderung. Schwierige Umstände fordern uns heraus und können belasten. In solchen Situationen ist eine Rückschau auf das bisherige Leben hilfreich.

### INTENSIVE GESPRÄCHE ÜBER DAS LEBEN

- fördern die Lebenszufriedenheit und das Wohlbefinden
- stärken das Selbstwertgefühl
- rufen vorhandene Kompetenzen ins Bewusstsein
- verhelfen zu neuen Sichtweisen und zu Wertschätzung dem Gelebten gegenüber
- helfen Belastendes loszulassen
- dienen der Sinnfindung

«IHR VORURTEILSFREIES VERSTÄNDNIS  
HAT ES MIR LEICHT GEMACHT, ÜBER ALLES ZU REDEN.  
ES HAT EINFACH NUR GUT GETAN.»

BERNADETTE F., KLIENTIN