

Theorie-Input: Biografiearbeit mit älteren Menschen

Biografiearbeit hat in den letzten Jahren in der Bildungsarbeit an Bedeutung gewonnen. Die gesellschaftlichen Entwicklungen wie **Individualisierung**, **Isolation** des Einzelnen und **Zerfall der „Normalbiografien“** lassen den einzelnen Menschen desorientiert zurück. Es gibt keine selbstverständlichen Lebenszusammenhänge mehr, das Leben ist unübersichtlich geworden.

In der Bildungsarbeit kann Biografiearbeit zu einem **besseren Verständnis** des Gruppenleiters für Teilnehmerinnen und Teilnehmer beitragen, sie nutzt aber auch der **Selbsterkenntnis** und dem **Selbstverständnis** älterer und alter Menschen und eröffnet ihnen neue Wege der Selbstthematisierung, stärkt ihr **Selbstbewusstsein** und **Selbstwertgefühl** und fördert die **Entfaltung** bislang vernachlässigter oder zurückgestellter Interessen.

Biografiearbeit

- stellt den **einzelnen Menschen in den Mittelpunkt**: Seine Erfahrungen, Erlebnisse, Urteile und Bilanzen werden für einen kürzeren oder längeren Moment herausgehoben
- macht darauf aufmerksam, dass das Leben, das Schicksal des Einzelnen einen **Wert** hat. Sie kann die verloren gegangene Wertschätzung ersetzen, die die Gesellschaft nicht oder nicht ausreichend leistet.

Biografiearbeit ist mehr als nur eine Auseinandersetzung mit Ereignissen. Sie entsteht aus dem individuellen Handeln und den persönlichen Entscheidungen eines Menschen in einem bestimmten Rahmen. Daher ist sie auch Ausdruck des eigenen Willens zur **Gestaltung des Lebens**. Es geht darum, den „**roten Faden**“ des eigenen Lebens zu erkennen, um ihn bewusst in das eigene „Lebensstrickmuster“ einzuarbeiten; das Leben bewusst leben.

Biografiearbeit gelingt, wenn sich das Hauptaugenmerk des Gruppenleiters auf die Mitteilungswünsche und Erfahrungen der Teilnehmer richtet.

Die biografische Methode geht davon aus, dass jeder Mensch von seinem **Leben und Erleben individuell geprägt** ist und dass man diese Lebensgeschichte wenigstens ansatzweise kennen muss, um sie verstehen zu können.

Sie stellt einen **methodischer Rahmen** zur Verfügung mit dem die Gesetzmäßigkeiten in jeder individuellen Biografie entdeckt und herausgefiltert werden können, die allgemeingültigen Charakter haben. Sie kann somit zur Entlastung des Einzelnen beitragen

Grundlegendes

- Biografiearbeit erfüllt drei Aufgaben:
 - Der **Blick in die Vergangenheit** dient der Lebensbilanzierung.
 - Der **Blick in die Gegenwart** dient der Lebensbewältigung bzw. der Lebensbegleitung.
 - Der **Blick in die Zukunft** dient der Lebensplanung.(Metapher Auto)

Durch die Wahrnehmung der Vergangenheit kann sich den Blick für eine lohnenswerte Zukunft öffnen. Rückblickend werden Lebenserfahrungen geordnet und ihnen Bedeutung zugeschrieben. Fremd- und selbstgesetzte Strukturen werden deutlich, die sonst selten wahrgenommen werden. Der Sinn des Lebens kann sich an den noch vorhandenen Lebensmöglichkeiten orientieren.
- Biografiearbeit ist Arbeit an den **Lebensspuren der Menschen**.

Man muss zur Kenntnis nehmen, dass die Darstellung des eigenen Lebens oft wenig mit der Realität zu tun hat. Filter blenden Unerwünschtes häufig aus.

Menschen konstruieren ihre eigene Wirklichkeit. Erinnern ist keine sachliche Beschreibung der Vergangenheit, sondern kreiert eine für den Einzelnen tragbare Wirklichkeit. Aus diesem Grund ist Biografiearbeit fragmentarisch. Der Erzählende entscheidet selbst, was er preisgibt. Daher ist weder Widerspruch noch Korrektur oder „Wahrheitsliebe“ notwendig.
- Biografiearbeit ist **Arbeit an und mit den Veränderungen**.

Körperliche Veränderungen machen es dem alten Menschen häufig schwer, die positiven Seiten des Älterwerdens anzunehmen. Biografiearbeit hilft, die Wahrnehmung des Tatsächlichen zu schärfen und kann zu der Einsicht führen, dass das eigene Leben nur begrenzt steuerbar ist und das vieles als Schicksal hingenommen, wahrgenommen und angenommen werden muss.
- **Biografiearbeit lebt vom Erzählen und Zuhören.**

Das verlangt von Erzählenden die Fähigkeit, von sich und seinen Gefühlen reden zu können.

Der Zuhörende sollte aktiv auf das Erzählte eingehen durch

 - aufnehmendes Zuhören (nonverbale Zeichen wie Nicken, „hm“, „aha“, Blickkontakt),
 - Zusammenfassen des Gehörten (wesentliche Äußerungen möglichst mit eigenen Worten wiederholen),
 - durch offene Fragen (alle gezielten Fragen, die den anderen zum Weiterreden ermutigen) und
 - Rückmeldung der ausgelösten Gefühle.
- **Gemeinschaft entsteht, wenn der Einzelne ernst genommen wird.** Die unterschiedlichen Lebenszeiten und Erfahrungsfelder können zur Versöhnung mit fremden Welten und der gegenseitigen Anerkennung von Erfahrungskompetenz beitragen.
- **Biografiearbeit ist ganzheitlich.** Sie enthält
 - **die individuelle Ebene** (Lebensgeschichte, Erfahrungen, Begebenheiten, Erlebnisse),
 - **die gesellschaftliche Ebene** (gesellschaftliche Ereignisse, die Lebenschancen bedingen und Biografie beeinflussen) und
 - **die tiefenpsychologische Ebene** (seelischen Schädigungen und Heilungen)

- Wenn Biografiearbeit sich an der Lebenswelt der Teilnehmer orientiert, dann ist sie darauf angewiesen, die jeweils spezifischen Probleme und Interessenslagen zu erkunden. Die Lebensweltanalyse wird somit zur Planungsvoraussetzung von Bildungsveranstaltung zum Thema „Biografiearbeit“.

Organisation eines Erzählcafés

In der offenen Altenarbeit ist das biografische Arbeiten in Form von Erzählcafés bisher am weitesten verbreitet.

Der **Zweck** eines Erzählcafés liegt im Wesentlichen in

- der Ermutigung zum Erzählen
- der Anregung zur Erinnerung

Es gibt unterschiedliche **Formen**

- Erzählcafé
- Erzählwerkstatt
- Klönabend

Tipps und Setting (Rahmen) für ein Erzählcafé

Vertrauen und Sicherheit für die Teilnehmer entsteht

- in einer gemütliche Atmosphäre,
- in einer kleinen, geschlossenen Gruppe,
- mit regelmäßigen Treffen der Teilnehmer.

Aufgaben für die Leitung von Erzählcafés

- Initiierung der Gruppe, Anregung, Ins-Leben-Rufen
- Begleitung der Gruppe
- Strukturierung der Treffen und Gesprächsleitung
- Einstiegsimpulse anbieten
- gemeinsame Absprachen treffen: Einzelgespräche oder Gruppengespräche, Thema vorgegeben oder freie Themenwahl
- „Spielregeln“ / „Gesprächsregeln“ festlegen
- den „roten Faden“ im Blick behalten

Hilfreiches für die Teilnehmer/innen

- Symbol für den Erzählenden: besonderer Sitz, „Rede“-Holz (Muschel, Stein), Mikro
- Zuhören ist Voraussetzung
- konkret und anschaulich reden (Details, Beispiele, Bilder regen Sinne an)
- nicht mit erhobenem Zeigefinger sprechen
- darauf achten, dass sich jeder einbringen kann
- anschließendes Feedback durch die Gruppe ohne Bewertung

