

4 Charakter, Ziele und Möglichkeiten – Wofür Biografarbeit?

»Erst die Akzeptanz, das Annehmen und die Aussöhnung mit der Geschichte und den Vermächtnissen der Familie machen es möglich, eigene Entscheidungen zu treffen und eigene Wege zu beschreiten.«

Helm Stierlin 1982

Kommen wir nun zu den Aspekten, die biografische Arbeit meiner Meinung nach kennzeichnen und wertvoll machen. Dabei werde ich zunächst auf den Charakter dieses Vorgehens und auf einzelne Definitionen wichtiger Autoren aus dem Bereich der Biografarbeit eingehen, bevor ich die verschiedenen Sichtweisen zu möglichen Zielen und konkrete Handlungsweisen beschreibe. Des Weiteren gehe ich kurz auf historische Bezüge und geeignete Rahmenbedingungen des biografischen Arbeitens ein.

4.1 Charakter der Biografarbeit

Wie bereits in den vorangegangenen Kapiteln beschrieben, ist die Entwicklung einer tragfähigen Identität und das Aufbauen eines entsprechenden »Handlungskoffers« in dieser Gesellschaft eine spannende Herausforderung. »In unserer Lebensgeschichte und den Geschichten unseres Lebens finden wir die Wurzeln für Selbstvertrauen und Identität.« (Osborn, Schweitzer u. Trilling 2013, S. 9.) Umso mehr gilt die Reflexion des eigenen bisherigen Weges und der aktuellen Situation als wichtige Voraussetzung, um in Gegenwart und Zukunft handlungsfähig zu sein oder zu werden.

»Wir müssen, um handeln zu können, verstehen, was wir wollen und tun« (Bieri 2016, S. 35). Dabei gilt das »jeweilige biografische Gewordensein und die individuelle Erfahrungsaufschichtung ... gewissermaßen – um es bildlich zu formulieren – [als] das Gepäck, das jedes handelnde Subjekt in ständig neue Situationen mitbringt« (Kramer 2008, S. 86 f.), und die »Beschäftigung mit der eigenen Biografie hilft, sich nicht zu verlieren im Alltagsgeschäftlichen, in Außenanforderungen, den kleinen und großen Katastrophen des Lebens. Wer ›eine Geschichte hat‹, hat auch die Gegenwart, mindestens aber Orientierung« (Ruhe 2014, S. 19).

Diese Möglichkeit der reflexiven Auseinandersetzung mit dem bisherigen Leben ist eine wesentliche Kompetenz der menschlichen Spezies.

»Zentral für das Bewusstsein der eigenen Identität, die sich in einer bestimmten Kontinuität des Erlebens, Wissens und Handelns ausdrückt, ist die Fähigkeit, sich erinnern zu können. Menschen geben einem Geschehen eine bestimmte Bedeutung, die damit zusammenhängt, wie sie die Welt und sich wahrnehmen. Sie konstruieren einen Zusammenhang, der ihrem Bedürfnis entspricht, sich selbst in der Welt zu positionieren und sich bei dieser Identitätsarbeit selbst zu (er)finden und zu erkennen« (Dörr 2010, S. 35).

Für Ingrid Miethe kann daher die »Arbeit an und mit der Biografie ... als eine Schlüsselkompetenz moderner Gesellschaften verstanden werden« (Miethe 2014, S. 7). Dieser Einschätzung folgt auch Irma Jansen, wenn sie von einer »Schlüsselkompetenz bewusster Lebensgestaltung« spricht (Jansen 2009, S. 20), die, wie bereits erläutert, von zahlreichen Autoren als »biografische Kompetenz« bezeichnet wird (Kap. 2.2). Auch aus Sicht von Gudjons und Koautoren kann eine »tragfähige personale Identität ... nur durch das Herstellen von Sinnzusammenhängen biografischer Erfahrung erreicht werden« (Gudjons, Wagener-Gudjons u. Pieper 2008, S. 14).

Hans Georg Ruhe nimmt Bezug auf die in Kapitel 1 ausgeführten gesellschaftlichen Veränderungen; für ihn ist die zunehmende Bedeutung und der große Stellenwert von Biografiearbeit »Ausdruck eines Defizits und Symptom für die immer stärker ausdifferenzierte Gesellschaft, in der Spezialisten- und Expertentum auf allen Ebenen, bis in die menschliche Kommunikation hinein gefordert und gefördert wird« (Ruhe 2003, S. 10). Nach seiner Einschätzung will und muss »Biografiearbeit ... darauf aufmerksam machen, dass das Leben, das Schicksal des Einzelnen einen Wert hat« (ebd.) und daher Würdigung verdient.

4.2 Stärken des biografischen Arbeitens

Die folgenden Zitate benennen beide eine große Stärke des biografischen Arbeitens:

»Im Erzählen konstruiert der Erzähler seine Biografie für sich selbst und andere. ... es geht um den Lebenssinn, die subjektive Perspektive

auf das eigene Leben. Dies betont die Bewertung der Ereignisse mehr als ihre Faktizität, ihre psychologischen Zusammenhänge mehr als ihre Chronologie. Die erzählte Biografie ist daher immer ›wahr‹, denn sie produziert Sinn« (Wieland 2005, S. 144).

»Erinnerungs- und Biografiearbeit besitzt [sic!] insofern einen sinn- und wirklichkeitsstiftenden Charakter. Sie (re)konstruiert auf erzählende Weise ebenso gelebtes Leben wie bereits vergangene Ereignisse außerhalb einer Biografie oder kulturell geprägte Lebensstile. Dabei stellt die Erinnerungs- und Biografiearbeit meist das subjektive Erleben eines oder mehrerer Menschen in den Mittelpunkt« (Nischak u. Schollas 2007, S. 25).

Auch für Miethe (2014, S. 21) geht es daher in der Biografiearbeit »nie um die Rekonstruktion von Fakten bzw. dessen [sic!] Realitätsgehalt als vielmehr um das Verstehen des ›Eigen-Sinns‹ biografischer Äußerungen«.

Streift man durch die betreffenden Werke der letzten 20 Jahre, so begegnen einem zahlreiche Beschreibungen und Definitionen zur Biografiearbeit. Von diesen habe ich im Folgenden einige relevante Definitionen zusammengeführt.

Biografiearbeit ist:

- »eine Arbeitsmethode, kein therapeutisches Modell« (Ryan u. Walker 1997, S. 12);
- »die Einbeziehung der Vergangenheit in die augenblickliche Gegenwart und mögliche Zukunft« (Kerkhoff u. Halbach 2002, S. 13);
- »Arbeit mit den Lebensspuren der Menschen« (Ruhe 2003, S. 11);
- »eine bewusste Auseinandersetzung mit dem persönlichen Lebensweg ..., die die Hauptstationen, die Umwege, Brüche und Hindernisse dieses Weges ebenso mit einbezieht wie seine Neuanfänge, Perspektiven und Ziele« (Lindmeier 2006, S. 24);
- »eine individuelle Leistung einzelner Menschen, sich in der stetig verändernden Welt immer wieder neu zu verorten, ohne sich selbst fremd zu werden« (Marotzki u. Tiefel 2005, S. 135);
- »eine Einübung von Lebenskunst« (Nischak u. Schollas 2007, S. 16);
- »eine strukturierte Methode in der pädagogischen und psychosozialen Arbeit, die Kindern, Jugendlichen, Erwachsenen

und alten Menschen ermöglicht, frühe Erfahrungen, Fakten, Ereignisse des Lebens zusammen mit einer Person ihres Vertrauens zu erinnern, zu dokumentieren, zu bewältigen und zu bewahren« (Lattschar u. Wiemann 2008, S. 13);

- »Selbstreflexion ..., die (Wieder-)Aneignung der eigenen Biografie« (Gudjons, Wagener-Gudjons u. Pieper 2008, S. 16);
- »die Reflexion der Vergangenheit zur Gestaltung der Zukunft« (Miethe 2014, S. 23);
- »eine strukturierte Form der Selbstreflexion in einem professionellen Setting, in dem an und mit der Biografie gearbeitet wird« (ebd., S. 24);
- »eine strukturierte Form der Selbst- und Fremdreflexion in einem regelhaft professionell gestalteten oder einem intentional gesteuerten Umfeld« (Ruhe 2014, S. 33).

Anknüpfend an die unterschiedlichen Konzepte, unterscheidet Klingenberg drei Arten von Biografiearbeit (Klingenberg 2015, S. 36 ff.):

- »Wer bin ich? – Gegenwartsorientierte Biografiearbeit«
- »Wo komme ich her? – Rückblickende Biografiearbeit«
- »Wo will ich hin? – Vorausschauende Biografiearbeit«

4.3 Chancen und Ziele von Biografiearbeit

In diesem Abschnitt geht es nun um die besonderen Chancen und Ziele der Biografiearbeit, die, wie bereits erwähnt, die (Re-)Aktivierung diverser Kompetenzen eines einzelnen Menschen nutzt, um ihn dabei zu unterstützen, seinen Weg in der Gesellschaft (zu finden und) zu gehen und ihn dabei auf seine bisher gemachten Erfahrungen sinnhaft zurückgreifen zu lassen.

Für Kizilhan (2005, S. 143) liegt eine besondere Chance beim Erzählen der Biografie darin,

»dass in ihr ein Mensch in seiner Ganzheit zugegen ist. Die Erzählung erstreckt sich von der Kindheit bis in die Gegenwart, sie berücksichtigt Gefühlsleben und rationales Verstehen; Krankheiten und Höhepunkte werden gewichtet, und es ist sogar möglich, dass das sonst schamhaft Verschwiegene einen Platz erhält, sodass ihm Sinn und Bedeutung zukommt. Und die Betrachtung des Möglichkeitsraums kann bereits Interventionselement sein.«

Klingenberger und Ramsauer (2017, S. 72) benennen drei Hauptziele der Biografiearbeit:

- im Hinblick auf die Vergangenheit: Lebensbilanz
- bezogen auf die Gegenwart: Lebensbewältigung
- mit Blick in die Zukunft: Lebensplanung

Aus Hölzles Sicht dient die Biografiearbeit »der Mobilisierung von Kraftquellen, um biografische Herausforderungen bewältigen zu können. Ressourcen können aktiviert werden über die Erinnerung an gelungene Problemlösungen/Bewältigungsstrategien und deren Übertragung auf aktuelle Herausforderungen sowie konkrete Ausgestaltung von attraktiven Lebenszielen« (Hölzle 2009, S. 47). Für Miethe geht es darum »Gegenwart zu verstehen und Zukunft zu gestalten. Durch eine Einbettung der individuellen Lebensgeschichte in den gesellschaftlichen und historischen Zusammenhang sollen neue Perspektiven eröffnet und Handlungspotenziale erweitert werden« (Miethe 2014, S. 24). Damit liegt sie sehr nahe an den von Gudjons und Koautoren beschriebenen Zielen, »uns selbst besser zu verstehen, unsere Geschichte anzunehmen, zukünftige Handlungsperspektiven zu entwickeln und persönliche Potenziale zu entfalten« (Gudjons, Pieper u. Wagener 1986, S. 21).

Ruhe beschreibt noch einen weiteren Aspekt einer hilfreichen Integration (Ruhe 2014, S. 33): »Biografiearbeit will die biografische Kompetenz stärken, damit der Erinnernde sich mit der eigenen Vergangenheit auseinandersetzt und das Erinnernte als Bestandteil des eigenen Lebens begreift.« Im Rahmen des Vorgehens »geschieht Erinnerung, Aktualisierung und Einbeziehung der Vergangenheit in die Gegenwart mit Blick auf eine mögliche Zukunft« (ebd.).

Die österreichische Psychologin und Physiotherapeutin Monika Specht-Tomann (2012., S. 10) nennt folgende Funktionen des lebensgeschichtlichen Gesprächs:

- Verarbeiten von Alltagserfahrungen (sich mit Unbekanntem vertraut machen, Identität schaffen)
- Verwandeln und Gestalten (Unterstützung bei notwendigen entwicklungsbedingten Anpassungen)
- Bewältigen von Ausnahmesituationen (Integration belastender Lebensaspekte)

- Zugang zu verschütteten Erlebnissen (Verstehen, Reparieren)
- Zurückblicken und Abrunden (Bewusstwerden einzelner Lebensstationen, »Ernte einbringen«, Sinn finden)

Versucht man diese unterschiedlichen Beschreibungen zu den Zielen und Aufgaben der Biografiearbeit auf einen gemeinsamen Nenner zu bringen, bietet sich möglicherweise die folgende Definition von Biografiearbeit an:

Biografiearbeit ist eine strukturierte Anleitung zur persönlichen Selbstreflexion von Vergangenheit und Gegenwart des eigenen Lebens, um das Bisherige zu verstehen, den Sinn zu erkennen und sich der eigenen Stärken bewusst zu werden um dadurch die Zukunft erfolgreich planen und gestalten zu können.

Aus meiner Sicht unterstützen die auf die Biografie ausgerichtete Selbstreflexion und das *sinnstiftende Erinnern* Menschen dabei, sich immer wieder der eigenen Wirklichkeit zu vergewissern und darauf zu schauen, was sie als Menschen ausmacht. Zweitens hilft das Vorgehen Menschen dabei nachzuspüren, wo es noch Dinge gibt, denen sie nachgehen oder mit denen sie versöhnlich umgehen wollen, und drittens lohnt sich der Blick darauf, wohin ich als Kind oder Jugendlicher, Frau oder Mann mit meinen Möglichkeiten in der Zukunft gelangen möchte und wen ich auf diesem Weg unterstützend an der Seite habe.

4.4 Historische Dimension

An dieser Stelle macht ein kleiner Exkurs Sinn, der sich mit den Vermächtnissen und Schatten der Vergangenheit sowie den Nachkriegsthemen beschäftigt. Für eine ausführlichere Auseinandersetzung mit diesem Thema verweise ich beispielsweise auf die Publikationen von Sabine Bode (2007), Ilke Crone (2018), Christian Firus (2018) Heike Girrulat et al. (2007) sowie Tobias von der Recke und Ursula Wolter-Cornell (2017).

Wenn wir davon ausgehen, dass die ältesten Menschen mit denen wir im Rahmen von Beratung, Unterstützung und Pflege zu tun haben, zwischen 90 und 100 Jahren alt sind, dann gilt es, die Geburtsjahrgänge ab circa 1918 mit auf dem Schirm zu haben.

War das Leben in den 1920er-Jahren durch die Weimarer Republik bestimmt, so waren die 1930er- und 1940er-Jahre zunächst durch die Weltwirtschaftskrise und anschließend die Nationalsozialisten und den Zweiten Weltkrieg mit all seinen Schattenseiten geprägt. In den

eingangs dieses Abschnitts erwähnten Publikationen geht es um die Jahrgänge von Kriegs- und Nachkriegskindern sowie Kriegsenkeln und -urenkeln,⁹ die von den Ereignissen und Folgen der Kriegs- und Nachkriegsjahre (Entbehrungen, Verletzungen, Traumata, Schuldgefühlen etc.) bis heute betroffen sind. Foerster schreibt in Erinnerung an diese Zeit (Foerster 2006, S. 283 f.):

»Zunächst hatten die Überlebenden mit ihrem Auferstehen aus den Ruinen zu tun, zuvor mit Hunger, Kälte und nackter Existenzangst. Ein unvorstellbarer Überlebenskampf absorbierte die spärlichen seelischen Ressourcen, und reflexive Trauerarbeit über die größte selbstverschuldete Katastrophe der Menschheitsgeschichte kam den Allerwenigsten in den Sinn.«

Eine Geschichte, an der die bundesrepublikanische Gesellschaft bis heute zu tragen hat. Und im Hinblick auf die Familie hält Foerster fest (ebd., S. 284 f.):

»Während der zwölfjährigen Nazi Herrschaft wurde der Familie als Hort des Schutzes, der freimütigen Kommunikation und der mitmenschlichen Beziehungen ihre menschliche Substanz genommen und [sie wurde] zur Verfügungsinstanz formaler Herrschaft herabgewürdigt.«

Schollas (2007, S. 64) bilanziert:

»Ende des Zweiten Weltkriegs ... [waren] Millionen Kinder, Frauen und Männer traumatisiert. ... Der Wiederaufbau stand ganz im Vordergrund. Die Verdrängung diente so gesehen auch dem Überleben und dem Neubeginn. Sie ist eine Überlebensstrategie in einer Zeit, in der Not herrscht und wenige Möglichkeiten vorhanden sind, professionell mit dem Geschehen umzugehen. In der Konsequenz bleibt die verdrängte Schuld als Hypothek für die nachfolgenden Generationen bestehen.«

4.5 Das Schweigen der Kriegskinder

Auch Bode (2005) kommt zu der Einschätzung, dass das Schweigen der Kriegskinder heute noch in Familien hineinwirkt, und beschreibt

9 Laut Ilke Crone (2018, S. 13) wird in der Literatur in Bezug auf den Zweiten Weltkrieg unterschieden in *Kriegskinder* (Jahrgänge 1930–1945), *Nachkriegskinder* (1946–1955) und *Kriegsenkel* (1960–1975) bzw. *Kriegsurenkel* (Jahrgänge nach 1975).

die Wichtigkeit, hilfreiche Wege, Worte und Rituale zu finden, um durch eine notwendige Trauerarbeit »die leidvollen Erfahrungen zu verarbeiten und als Teil der eigenen Identität anzunehmen«. Sie schließt mit den Worten (ebd., S. 282): »Trauern heißt: mit seinem Schicksal Frieden finden.« Dafür braucht es den entsprechenden Raum, geeignete Formen und interessierte Begleiter. Auch dazu kann die Biografiearbeit einen wertvollen Beitrag leisten.

Allerdings ist es mit Blick auf die Fachkräfte im Zusammenhang mit überwältigenden und als traumatisch erlebten Situationen sinnvoll, über die entsprechenden traumaspezifischen Kenntnisse zu verfügen, wie sie zum Beispiel Hanswille und Kissenbeck (2014), Hantke und Görges (2012), Gahleitner (2011, 2014) sowie Scherwath und Friedrich (2016) in ihren Publikationen beschreiben.

Folgen wir den weiteren Entwicklungen in der Nachkriegsgesellschaft, so beschreiben Barz und Koautoren den sogenannten Dreischritt im Wertewandel der Familie (Abb. 3).

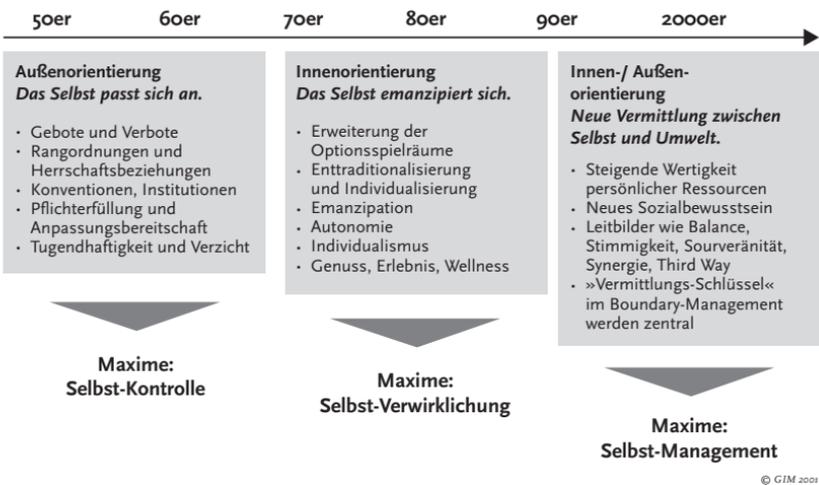


Abb. 3: Dreischritt im Wertewandel (aus Barz et al. 2001, S. 85;
 © Gesellschaft für Innovative Marktforschung GIM 2001)

Gerade Menschen, die heute im Seniorenalter sind, haben die Dynamik des Wertewandels erlebt und überwiegend mitvollzogen. In der unmittelbaren Nachkriegsperiode war die Orientierung an traditionellen Pflichtwerten noch sehr dominant, und mit einer großen Selbstverständlichkeit sind Rangordnungen zwischen den Generationen und

den Geschlechtern akzeptiert worden. Auch die Ausrichtung an materiellen Werten hatte in der Wiederaufbauphase eine nachvollziehbare Relevanz. Diese Aspekte gilt es insbesondere in der Biografiearbeit mit älteren Menschen zu berücksichtigen.

4.6 Zusammenfassende Möglichkeiten

Wie durch die bisherigen Ausführungen deutlich geworden ist, handelt es sich bei der Biografiearbeit um eine strukturierte Methode, die es Menschen ermöglicht, frühere Erfahrungen, Fakten und Ereignisse des Lebens zusammen mit einer Person des Vertrauens zu erinnern, zu dokumentieren, zu bewältigen und zu bewahren. Der entsprechende Prozess ermöglicht diesen Menschen, ihre Geschichte zu verstehen, ihre Gegenwart bewusster zu erleben und ihre Zukunft sicherer in den Blick zu nehmen und zu gestalten.

Insgesamt kann Biografiearbeit dabei unterstützen,

- einen Zugang zur eigenen Biografie zu finden,
- (Lebens-)Erinnerungen eine Form zu geben,
- die persönliche Eigenart und Eigenständigkeit zu stärken – sich der eigenen Identität zu vergewissern,
- eine Verbindung von Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft herzustellen,
- sinnstiftende Selbst- und Weltbilder aufzubauen,
- sich mit besonders drängenden Fragen der eigenen sozialen Identität auseinanderzusetzen (bei fremd untergebrachten Kindern und Jugendlichen, Senioren z. B.: Warum bin ich hier? Wofür ist das gut? Mein Weg aus der Familie ... Mein Netzwerk?),
- mit bestimmten Themen Frieden zu schließen,
- sich der eigenen Handlungsmöglichkeiten und der verlässlichen Wegbegleiter bewusster zu werden,
- die eigene Verantwortung zur Weitergestaltung zu stärken,
- auf gutem Grund die Zukunft zu planen und zu gestalten.

4.7 Rahmenbedingungen der Arbeit

Menschen haben grundsätzlich von sich aus großes Interesse daran, den Boden unter ihren Füßen zu sichern, dem Sinn ihres Lebens auf

die Spur zu kommen und sich selbst immer besser kennenzulernen. Im Rahmen des gemeinsamen Prozesses zwischen dem Klienten und der begleitenden Fachkraft gibt es einige notwendige Voraussetzungen und Haltungen:

Zunächst ist da die *Freiwilligkeit* als »Eintrittskarte in das Miteinander«. Bei Kindern in Pflegefamilien und stationären Einrichtungen der Jugendhilfe ist es die Aufgabe der zuständigen Erwachsenen, die *Sinnhaftigkeit* einer möglichen Biografiearbeit in dieser Situation und Lebensphase zu prüfen und dem Kind den *Wert* dieser Bemühungen plausibel zu machen. Als nächste wesentliche Voraussetzung ist die *Vertraulichkeit* zu nennen, die für den entsprechenden Kontrakt eine wichtige Rolle spielt. Darüber hinaus gelten der *Respekt* vor der gelebten und erzählten Geschichte, ein *geschützter Rahmen* sowie ausreichend *Ruhe* und *Zeit* als weitere wichtige Zutaten, sodass sich ein Klima von Intimität, Wohlwollen und partnerschaftlichem Vorgehen entfalten kann.

»Die Biografiearbeit überlässt dem Erzähler die Entscheidung, von was er erzählt. Dies wird als Respekt, Achtung und Wertschätzung erfahren und führt in der Regel dazu, dass die Kinder und Jugendlichen auch von ihren Enttäuschungen, Schmerzen, Leiden, aber auch Träumen und Wünschen erzählen« (Kizilhan 2005, S. 143).

4.8 Voraussetzungen der Fachkraft

Die professionelle Fachkraft sollte bereit sein, sich mit ihrer eigenen Geschichte und Biografie auseinanderzusetzen, sie sollte in sich gefestigt sein und für die Arbeit Interesse, Offenheit und Neugier mitbringen. In der Zuwendung zum jeweiligen Klienten sollten Ehrlichkeit, Respekt, Wertschätzung und Geduld das professionelle Handeln bestimmen.

Gleichzeitig ist es wichtig, dass die Fachkraft in der Lage ist, mit widersprüchlichen Handlungs- und Erzählweisen umzugehen, sowie schwere Themen wahrzunehmen und mit diesen in empathischer Begegnung behutsam umzugehen. Und dass sie wahrnimmt, wo ihre eigenen professionellen Grenzen liegen und wo weitere Fachkompetenz gefragt ist. Grundsätzlich gilt es, jene Aspekte zu fokussieren, die sowohl den Selbstwert des jeweiligen Gegenübers als auch den Glauben an die persönlichen Handlungsmöglichkeiten stärken!

Selbstverständlich bilden dabei die von Irma Jansen (2011, S. 28 f.) beschriebenen ethischen Grundlagen für Biografiearbeit wie Zuverlässigkeit, Vertraulichkeit, Sensitivität und Reflexivität den Rahmen für das professionelle Handeln.