

BIOGRAPHIEARBEIT



*„Wir glauben, Erfahrungen zu machen, aber die Erfahrungen machen uns“
E. Ionesco*

Biographiearbeit ist eine Methode persönlicher Entwicklungsarbeit, eine strukturierte Form zur Selbstreflexion der eigenen Biographie in einem professionellen Setting. Die Reflexion einer biografischen Vergangenheit dient ihrem Verständnis in der Gegenwart und einer möglichen Gestaltung der Zukunft

Das vom US-Amerikaner Robert N. Butler entwickelte Konzept einer Lebensrückschau (*life-review*) besagt, dass viele Menschen mit zunehmendem Alter den Wunsch verspüren, dem vergangenen Leben einen Sinn zu geben. Die Auseinandersetzung mit der eigenen Vergangenheit kann persönliche Sicherheit geben, das Selbstervertrauen stärken und dabei helfen, die schwierigen Situationen des Älterwerdens besser zu bewältigen.

Eine Beurteilung der erlebten Vergangenheit aus nachträglicher Sicht kann zu einer Integration der Biografie führen. Jene Diskrepanz, welche sich aus einem damaligen Wollen und dem tatsächlichen Lebenslauf ergibt, kann aufgehoben oder zumindest geringer werden. Drei Ziele der Biografiearbeit sind erkennbar:

1. Stärkung autobiografischer Kompetenzen

- Fähigkeit erwerben, sich mit der eigenen Vergangenheit auseinanderzusetzen
- Mut zum Erzählen vermitteln
- Gedächtnisinhalte der älteren Generationen als verborgene Schätze wahrnehmen

2. Rekonstruktion der Lebensgeschichte des Einzelnen

- individuelle Geschichten wiederbeleben
- ganzheitliches Verständnis für die eigene Biografie erlangen

3. Integration der Lebensgeschichte

- positives Verarbeiten versöhnt Brüche, Widersprüche und Scheitern;
- gewonnene Erkenntnisse werden zu einer Ressource für die Zukunft gemacht.

Bei der Biografiearbeit werden die drei Zeitformen nach John McTaggart einbezogen:

- Erinnerung an die Vergangenheit als Lebensbilanz
- Begleitung in der Gegenwart als Lebensbewältigung
- Perspektive für die Zukunft als Lebensplanung

In einer zeitlichen Sichtweise geht es um eine Bilanzierung vergangener Lebensleistungen, um eine Integration von Lebenserfahrungen in ein gegenwärtiges Selbstbild und in der Lebensplanung um eine Entscheidungsfindung zukünftiger Aktionen.

Es werden zwei Vorgehensweisen unterschieden:

1. Zur *gesprächsorientierten Biografiearbeit* zählen Einzel- und Gruppengespräche, welche zu vorgegebenen Themen angeboten werden.
2. Die *aktivitätsorientierte Biografiearbeit* zeichnet sich durch aktive Tätigkeiten aus.

In beiden Arbeitsweisen können Familienangehörige einbezogen und Techniken der systemischen Therapie eingesetzt werden wie klientenzentrierte Gesprächsführung, aktives Zuhören und Familienaufstellung. Eine alternative Technik ist die biographisch-narrative Gesprächsführung, die sich aus der qualitativen Forschungsmethode des narrativen Interviews entwickelt hat. Die aus der Biografieforschung stammenden kommunikativen Regeln werden auf eine professionelle Biografiearbeit übertragen.

Ein weiterer methodischer Ansatz ist die Darstellung des jeweiligen Lebenslaufs in einer ganzheitlichen Betrachtungsweise. Hierzu können biografischen Daten aus einzelnen Lebensbereichen gesammelt werden:

- Soziale Situation:
Familienverhältnisse, Bezugspersonen, gesellschaftliche Beziehungen, Einkommen und Vermögen.
- Kulturbioografie:
Kulturelle Herkunft, persönliche Traditionen, Ess-, Wohn-, Freizeitkultur.
- Körper- und Öko-Biografie:
Eigene Körper, Wege zur Sexualität, Natur, Umwelt, Stadt und Land, Kindheit.
- Glaubensbiografie:
Mythologische Elemente, Religion, Spiritualität, Gottesbilder.
- Persönlichkeitsbiografie: Kognition, Emotion, Verhalten, Bewältigung.
- Bildungsbiografie: Schule, Studium, Wissen, Techniken, Weiterbildung.