



Einstimmung



Auszug aus:
Burgheim, Werner:
Strukturierte Biografiearbeit mit Sterbenden und Trauernden.
–Die Form des Lebens schließen –.
–In: Ders. (Hrsg.), Im Dialog mit Sterbenden. Merching 2005, 96-121

7.6 Methodische Anregungen

Der biografische Begleiter ist kein Archivar, der selbstständig und nach eigenen Vorstellungen Daten, Fakten, Materialien zusammenträgt und ordnet. Er oder sie ist auch kein Detektiv oder Kriminalbeamter, der geheime Hintergründe erforscht und Schuld sucht.

Biografisches Arbeiten ist ein gemeinsamer und längerfristiger Prozess, in dem Kommunikation und Vertrauen entstehen. In einer selbstlosen Haltung wird dem Betroffenen die Geschwindigkeit und die Tiefe des Prozesses überlassen.

Ohne Genehmigung sollte nicht in die Schatzkammer der Erfahrungen eingedrungen werden. Wird der Zugang verweigert, kann die gemeinsame Biografiearbeit auch scheitern.

„Methodos“ bedeutet im Griechischen „Weg“. Einige grundsätzliche Vorgehensweisen der

Biografiearbeit seien hier angeführt:

In der Methodenlehre für die Organisation von Lehr-/Lernprozessen gilt der allgemeine Grundsatz:

- vom Einfachen zum Schwierigeren.

Der bekannte methodische Ansatz der Sozialarbeit:

Den Menschen dort abzuholen, wo er sich befindet (körperlich und geistig),

heißt dann als konkretes Prinzip:

- vom Naheliegenden zum Fernen vorgehen,
- vom Vordergründigen zum Hintergründigen,
- vom Harmlosen zum Intimen,
- vom Hier und Jetzt zum Dort und Damals.

Zu den Zeitgestalten

*Warum fällt es den Menschen so schwer,
glücklich zu sein?*

*Weil sie die Vergangenheit besser sehen, als sie war,
die Gegenwart schlechter, als sie ist, und
die Zukunft rosiger, als sie sein wird.*

Marcel Pagnol

Die Lebensgeschichte, das *Dort und Damals*, ist nachzuarbeiten:

Zeiten erlebter Krise und Orientierungssuche enthalten selbst gestellte Fragen und unerledigte Geschäfte, Dinge, mit denen wir noch nicht im Reinen sind. Ereignisse und Begegnungen der Vergangenheit fragen immer noch nach Erklärung, in ihnen leben Impulse für ein klärendes Gespräch, nach Versöhnung, nach Verzeihung und Wiedergutmachung. Ereignisse und Erfahrungen drängen die Fragen nach den tieferen Ursachen auf, nach dem tieferen Sinn. Lebensereignisse als Einzelemente drängen zur Ganzheit, zur Zusammenhangsbildung. Ganzheitsbildung ist auch insofern erforderlich, als in Krisen allzu leicht das Negative, der schwierige Teil des Lebens in den Blick kommt. Biografiearbeit ermöglicht, sich auch an freudige Ereignisse zu erinnern, das Nacherleben von Geglücktem, Gutem, Großartigem, Bewältigtem. Im Nachdenken und Erinnern als Aufwacherlebnis werden positive Lebenserfahrungen wieder entdeckt, um sich an ihnen nochmals zu erfreuen und um daraus Hoffnung zu schöpfen. Es sind Spuren zu finden und ihnen nachzugehen, festgemacht an Ereignissen und Menschen, die – je nach Weltbild – als glücklicher Zufall, als Gnade, als die Wirkung des Engels oder Gottes Fügung bezeichnet werden und in den Psalmen 78 und 103 des Alten Testaments ausgedrückt sind. Veröffentlichte Biografien von Menschen, die ihr schweres Leid getragen, bewältigt, metamorphosiert und weitererzählt haben, enthalten hilfreiche und tröstende Berichte verschriftlichter Selbstreflexion des schweren und doch geglückten Lebens, eines Zusammenhangs von Lebenslust und Lebensfrust.

Biografiearbeit ist die Bearbeitung des *Hier und Heute*. Entwicklungskrisen, Zeiten des Übergangs, erfordern Lernhilfen, um das derzeitige Gedankenchaos zu ordnen, um zu einer „aufgeräumten Erfahrung“ (*Hartmut von Hentig*) zu gelangen. Super-Vision (Überblick) und Information über Lebenszyklen und ihre Wachstumschancen helfen, die Krise chancenreich und fruchtbar zu machen. Nacharbeiten, Nacherleben und Bearbeiten münden in der Möglichkeit des Bewahrens und Gedenkens. Zeit frisst Erlebnisse und Erkenntnisse. In der Biografiearbeit geht es nicht um ein krampfhaftes Festhalten, um eine Verdinglichung und Besitz von Zeitverläufen. Biografiearbeit ermöglicht, sich die rekonstruierte und lebendig angeeignete Vergangenheit in einem geistigen Prozess als Er-Innerung in dankbarem und lehrreichem Gedenken zu bewahren. Erinnerungen sind Aufwacherlebnisse, in denen die erarbeitete Rücksicht zur Vorsicht wird.

Damit wird Biografiearbeit für das *Dort und Dann* eine Vorbereitung. Es wird damit möglich, sich rechtzeitig auf kritische Zeiten einzustellen, die zeitlichen Signale in einer Bilanz wahrzunehmen, Chancen und Gefahren zu erkennen, um endlich zu leben.

So kann es gehen ...:

Aufgestellte Fotos, herumliegende Alben, Narben am Körper, Kleidungsstücke und Schmuck sind Anlässe und Impulsgeber für Gespräche und vielfältige Fragen. Es ist zu akzeptieren, dass bei manchen

Geschichten die Sprache wegbleibt und Tränen fließen. Oft kann dies der Zuhörer alles gar nicht verstehen.

Mit Geduld, Vertrauensvorschuss und weiteren Gesprächen, um an Äußerungen anzuknüpfen, wird sich nach und nach Vertrauen bilden, die Zunge sich lösen und ein gewisses Verständnis einstellen. Blickkontakte helfen, nonverbale Gesten zu beachten. Der Gesprächsrhythmus und das Tempo bestimmt der Erzählende. Viel Geduld bei Wiederholungen ist jetzt erforderlich, insbesondere bei den vielen Erzählschleifen und Ausschmückungen, bis es mit der Hauptgeschichte weitergeht. Ein Drängeln oder Vorseilen wäre wenig hilfreich, denn der Erzähler befindet sich in Suchbewegungen, um die Verstrickungen des Lebens aufzulösen. Äußerlich nicht sichtbar, versucht er, neben dem Erzählen Ordnung zu schaffen und Struktur in die Vergangenheit zu bringen.

Der biografische Begleiter sollte sich stets bewusst sein, dass das von ihm Gehörte eigenen Deutungen und Deutungsmustern unterliegt und die Gefahr der Kommunikationsmissverständnisse groß ist. Seine Fragen resultieren auch aus eigenem Interesse, aus eigenem Urteil und Vorurteilen. Dies gilt es zu reflektieren und Übertragungen aus eigenen Erlebnissen in die Geschichte des anderen zu vermeiden.

7.7 Themen der Biografiearbeit

Zuletzt soll nun eine Themenliste Anregungen geben, um Impulse für die Arbeit zu finden: Die Liste stellt eine Auswahl dar, um einen geeigneten Anfang zu finden. Keinesfalls sollten die Themen systematisch „abgearbeitet“ oder gar im Eiltempo durchlaufen werden.

Die Themen haben einen Sitz im Leben. Sie enthalten Urbilder, Grenzsituationen wie Geburt, Tod, Angst. Sie können mit *Paulo Freire* als „generative Themen“ bezeichnet werden, die sich, dem Steinwurf im Wasser gleich, entfalten lassen. Themen können anregend vorgeschlagen werden oder aus aktuellem Anlass entstehen.

- Meine Namen (Herkunft, von wem?)
- meine Erziehung, meine Herkunftsfamilie, Stammbaum
- Menschen in meinem Leben / Menschen, die mir begegnet sind:
 - der erste wichtige Mensch außerhalb meiner Familie
 - der wichtigste Mensch in meinem bisherigen Leben
 - Menschen, die ich hasste und die doch mein Leben entscheidend beeinflusst haben
 - meine Ratgeber und Menschen, von denen ich lernte.
 - meine Vorbilder
 - Welche Menschen traten nur sehr kurz in mein Leben, waren aber umso bedeutungsvoller?
 - Wann im Leben kamen und gingen sie?
- meine früheste Erinnerung
- Erinnerungen an meine Kindheit
- meine Märchen, Orte und Plätze
- Erinnerungen an meine Jugend
- meine Freundschaften
- meine Idole; Vorbilder
- Schule; Klassentreffen; Klassenkameraden
- erster Kuss; erste Liebe; was ist von Beziehungen geblieben?
- meine Musik, meine Lieder
- der erste Tanz
- meine Liebhaber, Lebenspartner
- meine damaligen Lebensplanungen und Hoffnungen
- meine Träume: Traumpartner; Traumjob
- meine Hochzeit
- meine Berufsentscheidung: Zeitpunkt, meine Situation, als ich mich für diesen Beruf, dieses Studium entschied
- meine Arbeitsplätze
- Was hat mein Leben geprägt: meine Wurzelmetaphern (Leben ist für mich...)
- meine inneren Stimmen und Programmierungen (das kann ich nicht, das traue ich mir nicht zu)
- Mythos, den ich lebte

- Weichenstellungen und Verzweigungspunkte in meinem Leben, Wendepunkte; Wegkreuzungen
- Ablösung von den Eltern; Auszug
- meine Aufgaben, Berufe, Arbeitsplätze und Arbeiten
- Orte meines Lebens; Wohnorte; Lebensräume; Lebenstournee
- Feste und Familienfeste (Weihnachten, Silvester, Ostern, Geburtstage)
- Lieblingsspeisen
- wo war ich unvernünftig; Lausbubenstreiche
- wo bin ich über meine Grenzen gegangen, über meinen Schatten gesprungen
- Urlaube; Reisen
- Rituale und Sprüche in der Familie
- Kunst und Kultur im eigenen Leben; meine künstlerische Ader
- Natur; Ort der Ruhe; mein Traumplatz, Traumweg
- Kraftquellen
- Woran glaub(t)e ich; Kinder- / Erwachsenenengebet
- wann / wo bin ich heute noch Kind; wo darf ich Kind sein; das Kind in mir
- Frisuren und was damit verbunden war
- meine Kleider und Klamotten in den Lebensabschnitten
- wichtige Briefe (selbst geschriebene / erhaltene)
- besondere Fotos
- Basteleien zu verschiedenen Anlässen
- das Poesiealbum mit Gedanken anderer für mein Leben
- Spiele, die man gern spielt bzw. gespielt hat
- Stufen der beruflichen Entwicklung
- Haustiere (in der Kindheit / im eigenen Haus)
- Märchen und Geschichten
- meine Sportgeschichte
- über was kann ich lachen
- meine Hilfsmittel, Kampfmittel und Strategien
- Hobbys
- Umgang mit Zeit und Geld, Verhältnis / Einstellung zum Geld; Umgang mit Geld; wie relativ ist Geld
- mit Essen und Trinken
- meine Gesundheit, mein Körper
- meine Stärken und Schwächen
- meine Glücksstunden, schöne Erlebnisse
- die Höhepunkte / Triumphe meines Lebens
- Geschichte meines Körpers
- meine Krankheiten
- meine Narben (körperliche / seelische)
- meine Krisensituationen, peinliche Erlebnisse; Pech gehabt
- meine Abschiedsstunden, meine eigene Grabrede
- Todesbegegnungen; Todesgefahren
- meine Erfahrungen mit Verlusten, Sterben und Tod
- Defizit im Leben (was fehlt mir noch), welche Einseitigkeiten haben sich herausgebildet, welche Schuld verspüre ich (wem gegenüber), meine Erfahrungen aus vergangenen Krisen
- meine offenen Fragen, meine immer wiederkehrenden Fragen und Aufgaben
- mein roter Faden im Leben
- meine verdorrten Äste am Baum des Leben
- meine Lebensfrüchte
- Erbstücke; Erinnerungsstücke

Themen für die Trauerarbeit

(Wiederholungen sind beabsichtigt):

- Wie könnte das Lebensmotto des Verstorbenen lauten?

- seine Eigen-Arten, Ticks
- seine Sprüche, Redensarten
- seine Lebensweisheiten
- Stationen in seinem Leben
- wichtige Andenken (Briefe / Fotos ...)
- sein Lebenswerk
- noch fortzusetzende Anliegen und Ideen

Schlussgedanken

Die Bemühungen der Biografiearbeit resultieren aus dem Bedürfnis, unser Leben überschaubar zu halten und trotz oder gerade im Leiden unser Leben noch als normal zu definieren, zum gesunden, d. h. gelingenderen Alltag fortzuschreiten. Dies gelingt dann, wenn die Teile und Erlebnisse in einen inneren Zusammenhang gebracht werden können. „In allem Geistigen finden wir Zusammenhang, so ist Zusammenhang eine Kategorie, die aus dem Leben entspringt.“ (*Dilthey*) Bei *Dilthey* ist die Zusammenhangsbildung eine Leistung des Bewusstseins, welche Beziehungen zwischen den Teilen zum Ganzen beständig und immer wieder herzustellen versucht. Dort, wo die Zusammenhangsbildung misslingt, kommt es zu existentiellen Sinnkrisen.

In einer Biografiearbeit gilt es, die einzelnen Lebensereignisse und Erlebnisse zu reflektieren, zu sortieren und zu ordnen, sie zu benennen (z.B. als glücklich oder belastend) und zu einem Bilde zusammenzufügen.

Muster werden sichtbar, Muster immer ähnlichen Scheiterns, Muster und Mythen, die unser Leben unbewusst bestimmen. Ins Bewusstsein zu rufen sind Kindheitserinnerungen, Rituale, Feste, Begegnungen von Menschen, die uns prägten. Fäden sind zu verfolgen und zu entdecken, Verknüpfungen zu verorten und Verstrickungen zu entwirren, Zeichen und Schriftzeichen in lesbare Lebensskripte zusammenzufügen.

Biografie ist eine Zeitgestalt. Biografiearbeit erfordert Zeit zur Distanzierung, einen Schritt zurück, um von einem anderen, neuen Standpunkt aus die bisher gewordene Form der Lebensskulptur zu betrachten.

Sterbenden ermöglicht Biografiearbeit das Bild von ihrem Leben herauszuarbeiten, die Lebensform zu schließen, sie ermöglicht einen Erntedank, auch wenn einige wurmstichige Früchtchen dabei sind, und sie ermöglicht, im Frieden mit sich selbst, mit der Mitwelt und mit Gott die Wirkungsstätten zu verlassen.

Den Trauernden gelingt es mit Biografie-Arbeit den Verlust in die eigene Biografie zu integrieren und ein ehrendes Andenken auf einer realistischen Basis zu bewahren.

Den Lebenden

*Ich lebe mein Leben in wachsenden Ringen,
die sich über die Dinge zieh'n,
ich werde den letzten vielleicht nicht vollbringen,
aber versuchen möchte ich ihn.
Rainer Maria Rilke*

Ausklang

Unterricht

Jeder der geht, belehrt uns ein wenig über uns selber,
kostbarster Unterricht an den Sterbebetten,
alle Spiegel so klar wie ein See nach großem Regen,
ehe der durstige Tag die Bilder wieder verwischt.

Nur einmal sterben sie für uns, nie wieder.
Was wüssten wir je ohne sie? ...
Wir, deren Worte sich verfehlen, wir vergessen es,
und Sie?
Sie können die Lehre nicht wiederholen.
Dein Tod oder meiner, der nächste Unterricht,
so hell, so deutlich, dass es gleich wieder dunkel wird.

Hilde Domin