

„Alles soll so bleiben wie es ist!“ -

- oder nicht?

Biografiearbeit
mit einem
Lebensbuch



Mein Lebens- buch

Was für mich
und andere
wichtig ist



VON LOEPER LITERATURVERLAG



Empfohlen von
Lebenshilfe

Gliederung

- „Seitenwechsel“: Ein Kind mit Beeinträchtigung – der Anfang
- Familienleben – was macht das Leben anders?
- ... und wir Fachleute?
- Biographiearbeit – was ist das eigentlich?
- Biographiearbeit mit einem Lebensbuch: wie kann das aussehen?
- Biografiearbeit geht nicht ‚einfach mal so‘...



Ein Kind mit Beeinträchtigung – der Anfang

- Betretene Gesichter nach der Geburt *oder* eigene Beobachtungen, dass irgendetwas „nicht stimmt“
- Und irgendwann die Diagnose: mein Kind hat eine Beeinträchtigung!
- Der Traum vom „normalen“ Familienleben platzt.
- Trauer, Hilflosigkeit, Wut, Einsamkeit, Unverständnis, Angst und die Hoffnung, das man das doch schaffen wird!

Familienleben - Was macht das Leben anders?

- Oft gibt es schwierige Ereignisse wie Operationen und Erkrankungen;
- Oft gibt es alltägliche Belastungen durch Pflege, Betreuung, Förderung und Therapie;
- Oft passt das Angebot nach Meinung der Eltern nicht richtig
- Viele Eltern sind besorgt darüber, wie die Zukunft aussehen wird.

(z.B. Engelbert 1999, Heckmann 2003, Thimm/Wachtel 2003)

Familienleben - Was macht das Leben anders?

Viele Eltern erleben

- wenig Bestätigung (durch andere Eltern, Freunde, [Schwieger]Eltern), obwohl ihr Leben viel schwieriger ist!
- die Notwendigkeit, Unterstützung von Fachleuten in Anspruch zu nehmen;
- Noch leichter als andere Familien landet man in ‚alten Mustern‘, die man eigentlich nicht wollte ...

Familienleben - Was macht das Leben anders?

- Väter arbeiten oft mehr im Beruf als gewünscht;
- Mütter sind häufiger nicht berufstätig als gewünscht (‚Retraditionalisierung‘, Thimm et al. 1997);
- Vieles im Alltag wird an das behinderte Kind angepasst
 - Freizeit,
 - Urlaub,
 - Hobbys,
 - Bedürfnisse der Geschwister,
 - berufliche Entwicklung,
 - Lebensträume (Oermann, im Druck)

Familienleben - Was macht das Leben anders?

- Aber irgendwie geht es, und Eltern sind stolz darauf, was sie leisten!
- Oft geht es sogar ziemlich gut!
- Fachleute merken oft gar nicht, was geleistet wird.
- Sie können es oft auch im Einzelfall nicht merken, aber sie sollten es grundsätzlich bedenken, dass sie vieles nicht wissen!

... So geht es durch Kindergarten, Schule, Werkstatt ...
und endlich kommt die Suche nach einer Wohneinrichtung ...

Familienleben - Was macht das Leben anders?

- Auch für erwachsene Söhne und Töchter sind Eltern bedeutsam.
- Sie wollen ‚das Beste‘ für ihr Kind!
- Sie sind darum auch ein gutes Korrektiv für Fachleute – und umgekehrt.
- Sie kennen ihren erwachsenen Sohn oder ihre Tochter mit all seinen/ihren Eigenheiten und in seiner/ihrer Individualität.
- Sie bleiben unersetzliche Bezugspersonen für ihr Kind – auch wenn es erwachsen ist.
- Sie haben (wie die Geschwister) einen großen, wertvollen Erinnerungsschatz an Kindheit und Jugend ihres Kindes.

... und wir Fachleute?

- Wir sehen oft nur Ausschnitte des Lebens unserer Klient*innen.
- Diese Ausschnitte sehen wir aber besonders differenziert, und wir verbringen viel Zeit mit ihnen.
- Wir haben Fachwissen.
- Wir haben fachliche Aufträge und Ziele.
- Manches, was zu Hause passiert, oder im Kontakt mit Eltern, sehen wir aus fachlichen Gründen kritisch – fast immer haben wir einen normativen Blick darauf.

(z.B. Lindmeier et al. 2018; Oermann, im Druck)

Biographiearbeit – was ist das eigentlich?

- Biographisches Lernen: bewusste Auseinandersetzung in Einzelarbeit oder einem Kurs.
- Biographische Begleitung: Berücksichtigung biographischen Wissens im Alltag – z.B. in der Wohneinrichtung.

Definition „Biographisches Lernen“

Biographisches Lernen ist die bewusste
Auseinandersetzung
mit der eigenen Lebensgeschichte
und deren Aneignung.

Biographiearbeit – was ist das eigentlich?

Biographisches Lernen umfasst

- das Erfahren der Wichtigkeit der eigenen Lebensgeschichte,
- das Lernen, sich zu erinnern,
- das Arbeiten an und mit der eigenen Lebensgeschichte,
- die Fähigkeit, sich dazu zu äußern, was mir wichtig ist, und auf dieser Grundlage das eigene Leben zu gestalten.

(z.B. C. Lindmeier 2013; Lindmeier/Oermann 2017)

Biographiarbeit – was ist das eigentlich?

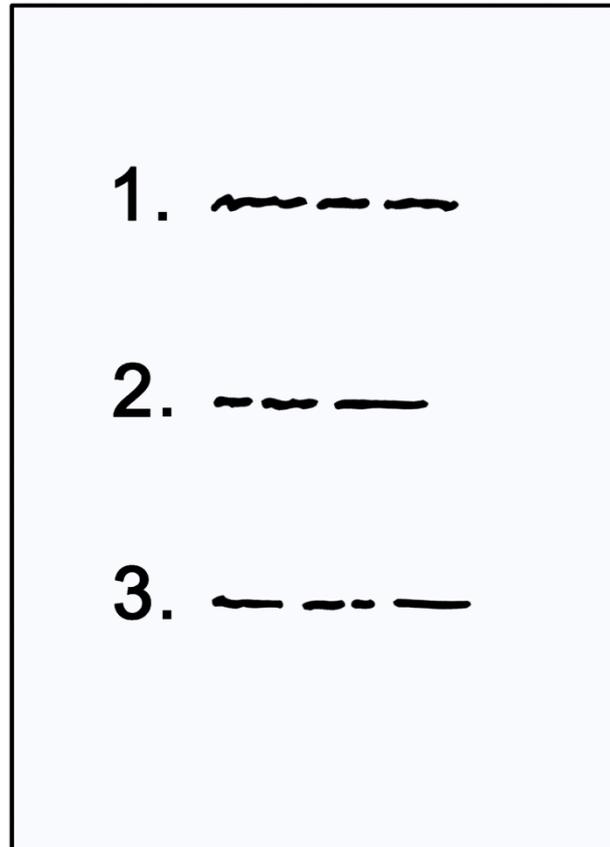
- Aktivitätsorientierte Biografiearbeit
- Gesprächsorientierte Biografiearbeit
- Dokumentationsorientierte Biografiearbeit



(z.B. C. Lindmeier 2013; Lindmeier/Oermann 2017)

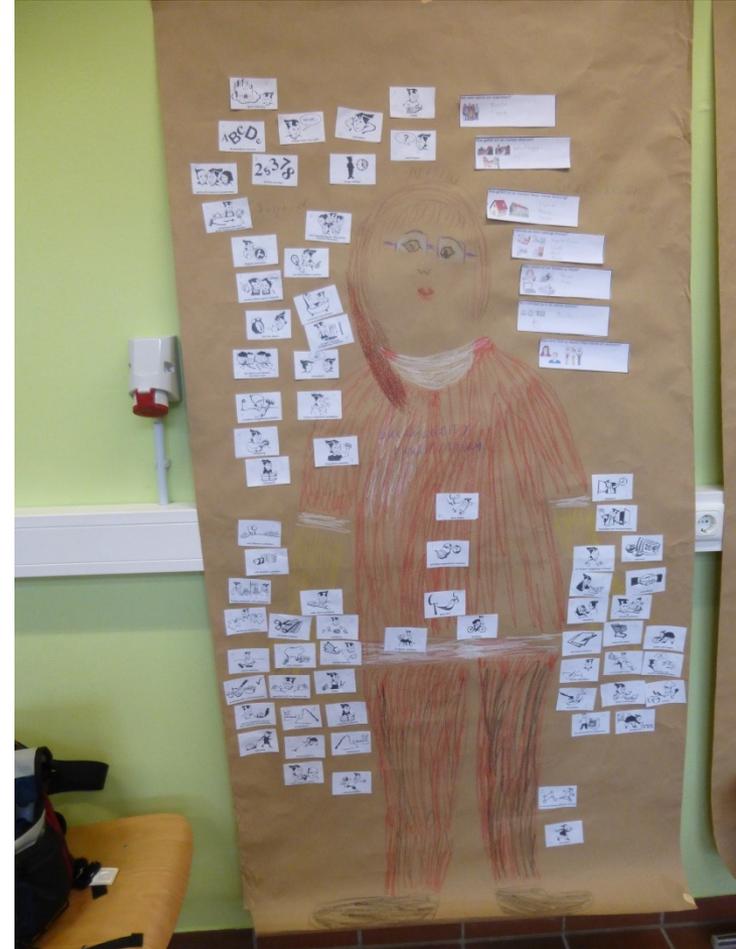
Dokumentation biografischer Arbeit

Nicht nur so...

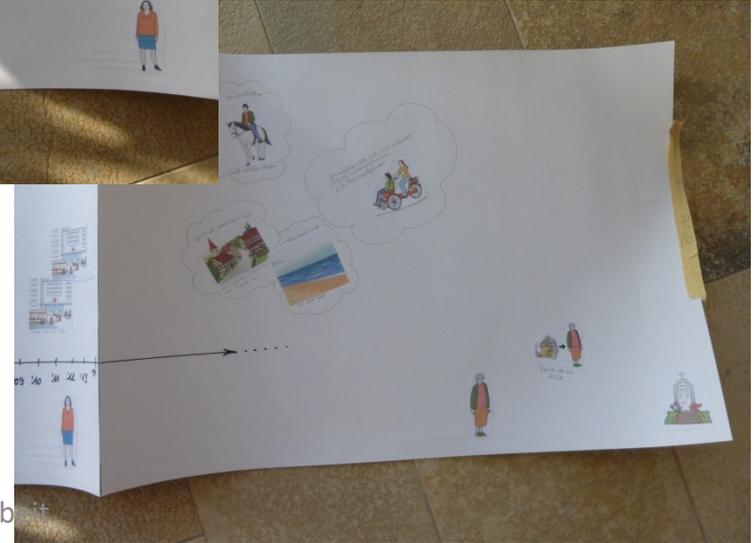
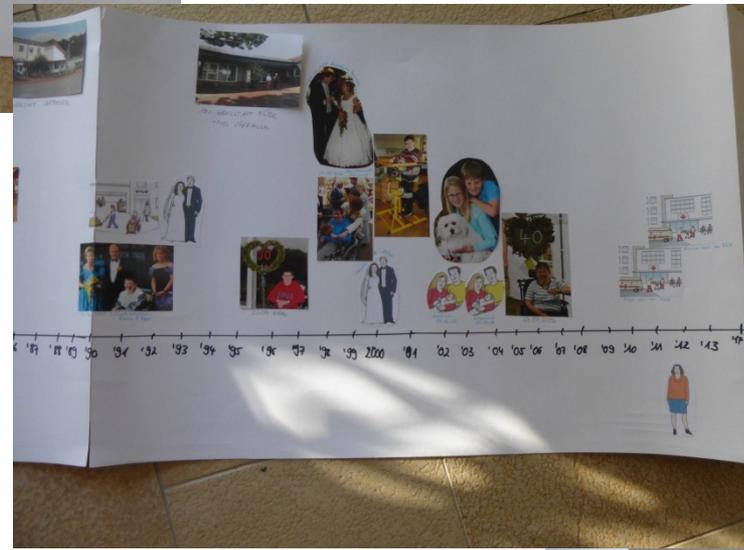
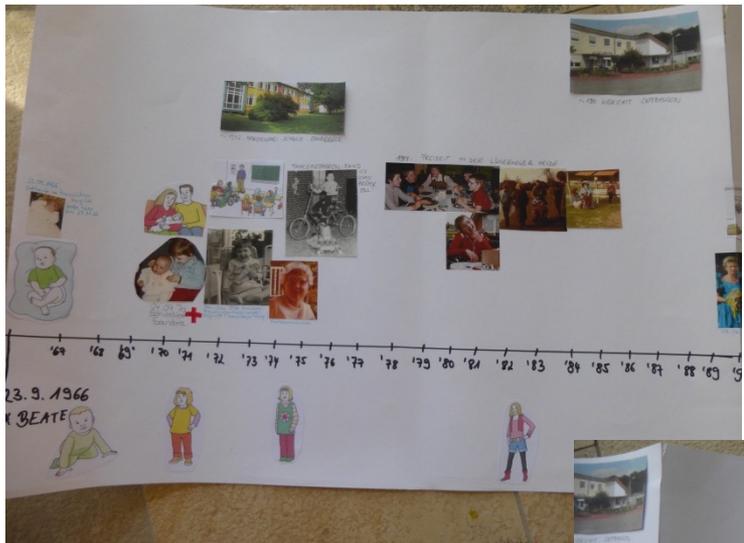


Bilder: ©Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Bremen e.V., Illustration Stefan Albers, Atelier Fleetinsel, 2013

...sondern zum Beispiel auch so...



...oder so



Lisa Oermann: Biografiearbeit

Und nie vergessen:

- Die Geschichte „gehört“ den Biograf*innen
- Sie bestimmen, wem sie von sich erzählen möchten, mit wem sie ihre Geschichte teilen möchten



Biografiearbeit mit einem Lebensbuch – entwickelt für ältere Erwachsene im Elternhaus, aber breiter einsetzbar



Über mich

Dies ist mein Lebensbuch. Es handelt nur von mir – meiner Vergangenheit, meinem heutigen Leben und den Dingen, mit denen ich mich sicher fühle und die mich glücklich machen. Wenn ich dir erlaubt habe es dir anzuschauen, dann möchte ich, dass du mich besser verstehst und mich in meinem Leben unterstützt.



Foto

Dies ist ein Foto von mir.

Ich heiße:

Über meine Vergangenheit

In
diesem
Abschnitt kannst
du alles Wichtige aus
deiner Vergangenheit
aufschreiben. Andere
Personen lernen dich so
besser kennen.

Meine Eltern heißen:

Mutter:

Geburtsdatum:

Vater:

Geburtsdatum:

Ich habe _____ Bruder/Brüder und
_____ Schwester(n).

Dinge, die ich tue

Die nächsten Seiten handeln von Dingen, die du jeden Tag machst. Es ist sehr wichtig, dass dieser Teil immer aktuell ist.



Auf diesem Foto habe ich Spaß!

60

2. DINGE, DIE ICH TUE

- montags, dienstags, mittwochs...
- Hobbys und Routinen – wo, mit wem, welche Hilfen brauche ich?
- Urlaube, Kuren, Kurzzeitpflege
- Dinge, die ich nicht gerne mache
- Dinge, die ich gerne einmal machen würde...

Mit anderen Menschen sprechen

Manche Dinge sage ich auf meine eigene Weise

Was ich möchte/fühle	Wie ich es Andere wissen lasse
fröhlich	
ärgerlich	
Schmerzen	
traurig	
müde	
nervös	
unwohl	

Arbeit mit dem Lebensbuch

- Ins Gespräch kommen über wichtige Themen
 - Eltern und andere Angehörige &
 - erwachsener Sohn oder Tochter &
 - ev. auch Mitarbeiter der Einrichtung?
- Wertschätzung der Vergangenheit und der gemeinsamen Gegenwart (Besuche, Feste) und der Lebensleistung der Familie;
- Vorbereitung weiterer Zukunftsplanung;
- Erhöhung von ,biografischer Kompetenz, d.h. der Fähigkeit, über das eigene Leben nachzudenken und es zu gestalten.

Arbeit mit dem Lebensbuch

... kann unterschiedlich aussehen!

Wichtig ist: Selbst überlegen:

- Was wollen wir festhalten?
 - Wer kann uns dabei helfen?
 - Wie wollen wir es machen?
-
- Es gibt kein ‚richtig oder falsch‘!
 - Es ist gut, verschiedene Leute einzubeziehen!
 - Es ist gut, viel mit Bildern zu arbeiten. Neben Eltern können auch Geschwister, Nichten und Neffen helfen, Bilder rauszusuchen und darüber zu sprechen, wer darauf zu sehen ist!

Arbeit mit dem Lebensbuch

... kann unterschiedlich aussehen!

- Briefe zu verschiedenen Themen von verschiedenen Leuten?
 - Z.B.: Erinnerst du dich an unseren Urlaub an der See?
 - Was ich an dir besonders mag
- Gespräche
- Fotoalben gemeinsam ansehen & dazu erzählen oder
 - Neue Fotoalben mit Lieblingsfotos machen
 - Ev. auch als digitalen Bilderrahmen
- Lieblingslieder zusammenstellen
- Kochbuch oder Rezeptsammlung mit Lieblingsessen
- Auch über schlechte Zeiten kann man reden – aber man muss nicht!

Was wir gemacht haben:

- Einen Kurs mit 7 Einheiten/je 4h, 6-8 TN, 2 Kursleitungen, vorab Besuch zu Hause, Einzelarbeit
- Gemeinsam Fotos gemacht (bei Besuchen zu Hause)
- Aufträge an Eltern/Angehörige: bitte diese Seiten im Lebensbuch ausfüllen & wenn's geht drüber reden & vorlesen
- Körperumriß
- Lebensbaum
- Zeitleiste
- Vieles haben wir in der Gruppe gemacht → es ist interessant, Gemeinsamkeiten und Unterschiede zu sehen.
- Anders war in Einzelarbeit leichter.



Fragen an Geschwister, Verwandte und andere wichtige Leute

- Was verbindet uns beide?
- Was haben wir schon miteinander erlebt?
- Wenn du über mein Leben nachdenkst: Was würdest du sagen: Welche wichtigen Dinge sind in meinem Leben schon passiert? Das können schöne, traurige oder auch gefährliche Dinge sein.
- Welche Dinge sind mir wichtig?
- Was können andere Menschen tun, damit es mir gut geht?
- Welche Dinge tun mir nicht gut?

Fragen, die für ein Lebensbuch wichtig sein können, für Eltern:

1. Bitte erinnern Sie sich an Ihre gemeinsame Familiengeschichte
 - Welche ‚guten Zeiten‘, welche ‚schwierigen Zeiten‘ gab es? Gab es Wendepunkte, die Ihre Sicht verändert haben?
 - An welchen Stellen haben Sie Wertschätzung als Familie mit einem ‚besonderen Kind‘ erfahren? An welchen Stellen hat Ihnen Wertschätzung gefehlt?
 - Wie sehen Sie heute rückblickend auf Ihr gemeinsames Leben?
 - Wenn es weitere Kinder gibt: welche Position nehmen sie in der Familie ein?
 - Was haben Sie gern gemacht, welche Geschichten über Ihre Kinder gibt es?
 - Wozu würden Sie gern etwas aufschreiben?

Fragen, die für ein Lebensbuch wichtig sein können, für Söhne und Töchter in Wohneinrichtungen:

2. Bitte erinnern Sie sich an den Auszug Ihres Sohnes /Ihrer Tochter :
 - Wie ging es Ihnen in dieser Zeit?
 - Welche Veränderungen haben Sie an Ihrem Sohn/Ihrer Tochter wahrgenommen?
 - Wie war es, plötzlich nicht mehr die (räumlich) nächste Bezugsperson zu sein und vieles an Mitarbeiterinnen abgeben zu müssen oder dürfen?
 - Wie nutzen Sie die entstandenen Freiräume, wer sind Sie als Mensch ohne Ihr(e) Kind(er) (auch das ist wichtig!)?
 - Wie würden Sie ihm oder ihr heute einen Brief schreiben, über diese Zeit? Möchten Sie das vielleicht tun? Oder eine Audioaufnahme?

Fragen, die für ein Lebensbuch wichtig sein können:

3. Wie soll die Zukunft aussehen?

- Gibt es Dinge, die Ihnen in Bezug auf Ihr eigenes Älterwerden oder das Ihres Sohnes oder Ihrer Tochter Sorgen machen?
- Denken Sie darüber nach, wie Sie ihre ‚Familiengeschichte‘ und gemeinsame Erlebnisse für ihn oder Sie bewahren können (Fotoalben usw)?
- Haben Sie generell Sorgen bezüglich der Zukunft Ihres Sohnes oder Ihrer Tochter (auch bezüglich der rechtlichen Betreuung)?
- Haben Sie Wünsche für sie oder ihn?
- Was würden Sie ihm oder ihr dazu schreiben?
- Oder ihren anderen Kindern?

Wie kann man als Eltern nicht nur Beiträge für ein Lebensbuch machen, sondern Sohn oder Tochter beteiligen?

Gespräch

- Sprechen über Erinnerungen und Erinnertes
- ‚Verbalisieren‘ von Lebensgeschichte

z.B. vor Weihnachten über
letzte Weihnachten
sprechen;

Wie kann man als Eltern nicht nur ein Lebensbuch machen, sondern Sohn oder Tochter beteiligen?

Aktivität

- Erinnern durch Handeln
 - Z.B. Fotos sortieren
 - Plätzchen backen
 - Musik hören – auch alte Sachen
 - dabei über ‚früher‘ reden!



Wie kann man als Eltern nicht nur ein Lebensbuch machen, sondern Sohn oder Tochter beteiligen?

Leben festhalten (Dokumentieren)

- Archivierung von Erinnerungen
- Gestalten von Andenken
- Fotobücher machen & beschriften
 - auch zu einzelnen Themen
- Ein Lebensbuch machen
- Einen Lebensbaum gestalten

Wie kann man als Eltern nicht nur ein Lebensbuch machen, sondern Sohn oder Tochter beteiligen?

Assoziation

- Anregung von Erinnerungen durch Impulse von außen (Gegenstände, Lieder und Musik, Gerüche ...)
- Besser in einem Bildungskurs in einer Gruppe durchführbar!



Biografiearbeit geht nicht ‚einfach mal so‘...

Teilnehmende

- Die Teilnahme ist freiwillig
- Gerade dort, wo eine Gruppenleitung oder andere Personen meinen, jemand müsse dringend an einem Kurs teilnehmen, ist dies zu beachten.
- Auch Grenzen von Angehörigen müssen respektiert werden.

Biografiearbeit geht nicht ‚einfach mal so‘...

Selbstreflexion und Bereitschaft von Kursleitung/Moderation, die eigene Biographie einzubringen

- Moderator*innen sind Partizipierende im biografischen Prozess, sie sind „mit der eigenen Biografie bei der Arbeit“ (Miethe 2017, 154).
- Bereitschaft, die eigene Rolle im Prozess, den eigenen machtvollen Status als ‚nicht behindert‘, nicht in den Strukturen eines Wohnheims lebend / in einer Werkstatt als Beschäftigte*r arbeitend, reflektieren!

Biografiearbeit geht nicht ‚einfach mal so‘...

Fachwissen (biographietheoretische Grundlagen)

- Biographie ist eine soziale Konstruktion.
- Erinnerungen verändern sich, gewinnen oder verlieren an Bedeutung.
- Aussagen dürfen nicht als ‚richtig‘ oder ‚falsch‘ bewertet werden.
- Jede Aussage hat auch eine Bedeutung für die Selbstpräsentation.
- Familiendynamik, Familienbiografien, intergenerationale Aufträge (King) sind relevant für die individuelle Biografie.

Biografiearbeit geht nicht ‚einfach mal so‘...

Fachwissen (Erwachsenenbildung, Kursgestaltung)

- Methodisches Wissen
- Fähigkeit, Erzählen anzuregen, Lebensgeschichten ‚hervorzulocken‘
- Vertrauensvolles Klima in der Gruppe schaffen
- Aufmerksamkeit für Gruppenprozesse
- Authentische Anerkennung
- Erkennen und Bearbeiten unproduktiver Dynamiken (unter Teilnehmenden, durch eigenen Einfluss)

Biografiearbeit geht nicht ‚einfach mal so‘...

Fachwissen (zeitgeschichtliche Hintergründe kennen und einbeziehen)

- Historische ‚Detektivarbeit‘ leisten
- Lesarten entwickeln und sensibel anbieten, wie die jeweilige Zeit Chancen und Grenzen von biografischer Entwicklung beeinflusst haben könnte
- Entlastung für Biografieträger*innen schaffen

Biografiearbeit geht nicht ‚einfach mal so‘...

Fachwissen (Eigene Grenzen erkennen)

- Bei Bedarf professionelle Hilfe hinzuziehen bzw. anbieten

„Der Schwerpunkt der Zielsetzung liegt nicht darauf, ‚was ist uns Schlimmes widerfahren‘, sondern ‚Wie sind wir mit dem Schlimmen bis jetzt fertig geworden und was kann uns helfen, damit in Zukunft noch besser fertig zu werden‘“ (Redemann 2001, 68; zit.n.Miethe 2017, 146).

Zum Abschluss

- Finden Sie Formen, die Ihnen und den Teilnehmenden Spaß machen!
- Finden Sie Themen, die Sie alle für wichtig halten!
- Beteiligen Sie Menschen, die für den/die Menschen, mit dem/denen Sie ein Lebensbuch erarbeiten, wichtig sind!
- Ein Buch ist nur eine mögliche Form: Finden Sie Ihre Form, sich auszudrücken!

Vielen Dank!

