

*„Man kann das Leben nur rückwärts verstehen,  
Aber man muss es vorwärts leben“*

Sören Kierkegaard



# Biografiearbeit und Identitätsentwicklung

Maria Krautkrämer-Oberhoff  
Dipl. Pädagogin  
Traumapädagogin  
Supervisorin DGSv  
Münster



Lebenswege

- Bilanz
- Ideen
- Orientierung
- Gestalten
- Ressourcen
- Aufmerksamkeit
- Fehlerfreundlichkeit
- Innovation
- Ermutigung
- Aufbruch
- Reflexion
- Bestärkung
- Erfahrungen
- Improvisation
- Taten setzen

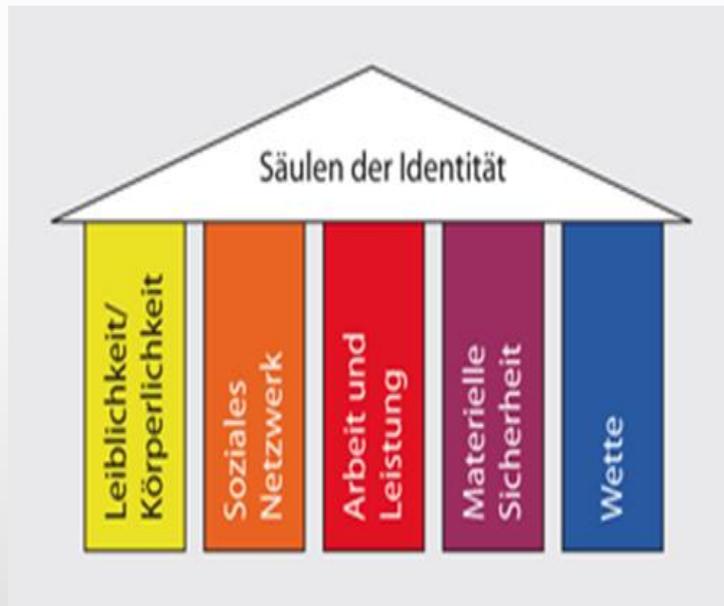
# Definition von Biografiearbeit

- *Biografie* -- griechischer Wortstamm
- *Bios* -- Leben
- *gráphein* -- Lebensbeschreibung
  
- „Biografie .. geronnene Erfahrung aus Erlebnissituationen... Ausschnitte .... Schicht für Schicht abgelagert. Es kommt zur Erfahrungsaufschichtung des ... Erlebens aus dem Verlauf eines Lebens“ (Glinka in Otto, H.-U. 2007, 201).

# Definition von Identität

- *Idem* lat. bedeutet *derselbe*. Mit sich identisch sein: *Ich bin dieselbe wie bisher* im Sinne von Erikson (innere Gleichheit und Kontinuität)
- Ein „Identitätsgefühl“ ist die Basis für die Beantwortung der Frage: „Wer bin ich?“ (Erikson 1966, S. 107)
- Voraussetzungen für dieses Gefühl sind soziale Anerkennung und Zugehörigkeit

# Säulen der Identität nach Hilarion Petzhold



## 5 Säulen der Identität

(nach Hilarion Petzhold)

- Die Intensität eines Problems oder einer Krise hängt davon ab, wie viele Säulen betroffen sind
- Welche Säule ist eingestürzt?
- Wie wichtig war sie für den Menschen?
- Welche Säulen sind intakt?

# Identitätsentwicklung

- geschieht ein Leben lang – braucht Zeit und Erfahrungen
- braucht Menschen, die uns unterstützen, die an uns glauben, unsere Ressourcen stärken und uns was zumuten
- benötigt Eigenmotivation und Leidenschaft für einen Weg

# Biografiearbeit als ressourcenstärkende Methode

- **Erinnerungs- und Reflexionsarbeit von Erfahrungen**
  - als strukturierte (angeleitete) oder unstrukturierte (alltägliche) Form
- **Lebensgeschichtliche Erfahrungen und Ereignisse**
  - werden atmosphärisch und mit allen Sinnen abgespeichert
  - werden in der Biografiearbeit erinnert, erzählt, verarbeitet und dokumentiert
  - haben eine emotionale Bedeutung
- **Kritische Lebenssituationen oder Erfahrungen**
  - werden betrachtet und in der Lebensgeschichte eingeordnet
  - Prozess bedeutsamer als ein Produkt

# Bedeutung für die Person

## IDENTITÄTSENTWICKLUNG

- Festhalten von Erfahrungen
- Lücken mit Realität statt Phantasien füllen
- Entweder-oder-Kategorie (alles schlecht oder alles gut) erweitern
- Enttabuisierung von Geschehnissen
- Beweis des Daseins – des Geworden-seins mit eigener Geschichte
- Bewältigung von seelischem Schmerz
- Veränderungen und Übergänge gestalten

## PRÄVENTIVE FUNKTION

- schützt vor Wiederholung schmerzlicher Erfahrungen
- stärkt die Resilienz
- stärkt die Reflexionsfähigkeit
- fördert die Kommunikationsfähigkeit
- Stärkt das Selbstbewusstsein

# Biografiearbeit umfasst



## Vergangenheit

Familie und  
Herkunft-Familiäre  
Erlebnisse und  
Erfahrungen mit  
Eltern, Geschwistern-  
Frühere Wohnorte-  
Herkunftsland



## Gegenwart

Das bin ich! Mein  
Lebensweg! Kita,  
Schule, Ausbildung!  
Meine Fähigkeiten!  
Worauf bin ich stolz!  
Hobbies, Freunde –  
Erfolge



## Zukunft

Wie stelle ich mir  
mein Leben in fünf  
Jahren vor?  
Was sind meine  
Träume? Was will ich  
werden?

# Fremdplatzierte Mädchen und Jungen

- haben oft viele Abbrüche erfahren und kein stabiles Gefühl von Kontinuität
- Schmerz, Wut und Trauer über das Weggegeben-worden-sein
- Einordnung der Trennung. Warum? Wer trägt die Verantwortung? (Video)
- haben Zusatzkonflikte in der Ablösungsphase
- sind oftmals an die Eltern fixiert oder verleugnen sie
- finden oft nur schwer positive Wurzeln
- fehlende Rollenbilder
- haben häufig traumatische Erfahrungen erlebt

# Warum Biografiearbeit mit Mädchen und Jungen mit traumatischen Erfahrungen?

- oftmals starke Erinnerungslücken - sind in ihrer Seele zutiefst verletzt, unsicher, ängstlich und misstrauisch
- Ausdrucksmangel für das, was sie wahrnehmen und fühlen
- entwickeln oftmals Überlebensstrategien
- Zukunft wird häufig pessimistisch gesehen
- Loyalitätskonflikte mit den Eltern
- zur Stärkung ihrer psychische Labilität
- positive Bewertung von wichtigen Beziehungspersonen ohne Verschleierung der Realität bzw. dessen, was früher passiert ist

# Biografiearbeit kann helfen...

- Gefühle gegenüber dem Erlebten einzuordnen
- gute und schlechte Erfahrungen mit Vater / Mutter nebeneinander zu stellen
- zu betrauern, was nicht gelungen ist oder vermisst wird
- sich von „schlimmen Ereignissen“ und „verwahrlosten Verhältnissen“ aus der Herkunftsfamilie zu distanzieren (Video)
- innere Kräfte und Selbstwirksamkeit zu mobilisieren
- einen Sinn im Leben zu finden

# Haltung der Begleitperson

- Einstellung auf emotional bedeutsamen Prozess
- Wertschätzung und Interesse an der Biografie zeigen
- haltgebende und ressourcenorientierte Einstellung
- keine Tabuthemen festlegen
- Achtsamkeit gegenüber (verborgenen) Anliegen des Kindes
- sich vom Tempo des Kindes leiten lassen

# Planung und Vorbereitung

- Vorüberlegung
- Zeit -, Raum – und Terminplanung (Doppeldienst)
- Kooperationspartner
- Betrachtung der Situation des Kindes
- Praktische Umsetzung
- Einbindung in den Hilfeplan

# Umgang mit kritischen Themen

- sich als Begleitperson darauf einstellen
- Grenzen bei sich selbst und beim Kind respektieren
- sensibel dem Kind/ Jugendlichen zuhören
- auf Auslöser achten für ggf. Flashbacks oder dissoziative Verhaltensweisen. Bei Auftreten im „Hier und Jetzt“ bleiben oder hinführen statt Gefühle zu verbalisieren
- Interventionen, die alle Sinne ansprechen
- Biografiearbeit ersetzt keine Therapie
- Ggf. Abstimmung mit Therapeuten

# Eltern

- einbeziehen - sind bedeutend in der Lebensgeschichte
- haben familiäres Wissen aus Generationen
- besitzen oftmals Fotos, Dokumente
- Elternperson positiv bewerten, während schädliche Handlungen kritisch bewertet werden sollen
- Tabus mit Eltern ansprechen
- tragen Verantwortung für die Trennung

# Methoden

# Mein Vorname

- Wer aus Ihrer Familie hat Ihnen Ihren Vornamen gegeben?
- Sind Sie mit Ihrem Namen zufrieden oder hätten Sie lieber anders geheißen? Wie war Ihr Wunschname?
- Gibt es jemand in Ihrer Familie der Ihren Namen trägt?
- Hat die Person aufgrund der Namensgleichheit eine Bedeutung für Sie?
- Haben Sie einen Spitznamen? Wer darf Sie so rufen?



# Lebensbuchgestaltung

- Ein Lebensbuch könnte folgende Kapitel haben

## I. ICH

Wer bin ich? Was kann ich? Hobbies!

## II. MEINE FAMILIE

Meine Wurzeln! Wer gehört zu mir? Mutter! Vater! Geschwister  
Meine Kindheit!

## III. MEIN UMFELD

Mit wem lebe ich zusammen? Meine Freunde! Wichtige  
Menschen.

## IV. MEINE ZUKUNFT

Wie stelle ich mir mein Leben in Zukunft vor? Ziele /  
Wünsche / Träume

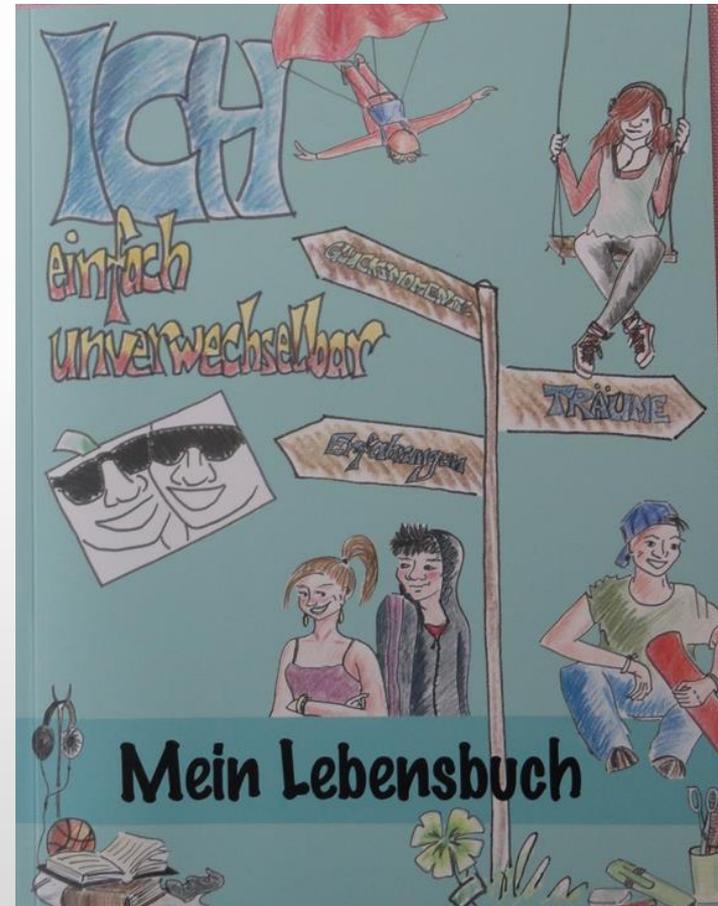
# Lebensbuch für Kinder

- Kind ist der Akteur - aktives Subjekt zur Realitätsverarbeitung
- Unterstützung in der Identitätsentwicklung
- über die eigene Geschichte narrativ verfügen, d.h. sie externalisieren, sie erzählen können, sich ihrer bewusst werden
- positive Beeinflussung des Selbstwertgefühls durch neue Bewertung der bisherigen Erlebnisse



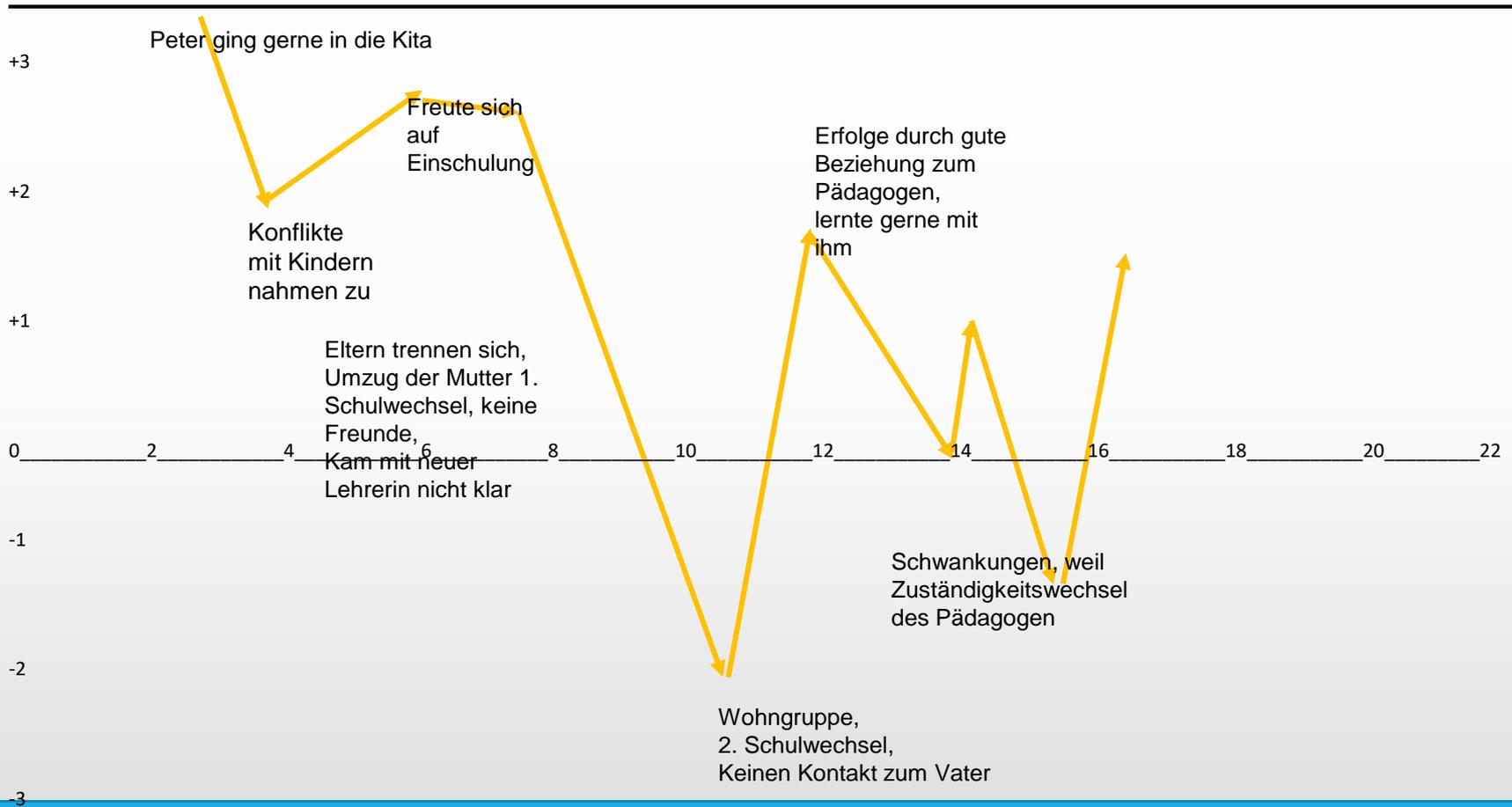
# Lebensbuch für Jugendliche

- erarbeitet in der Kinder- und Jugendhilfe St. Mauritz in Münster



# Meine Lerngeschichte

von + 3 sehr gut -3 sehr schlecht



**Vielen Dank für Ihre  
Aufmerksamkeit**

# Literatur

- Bausum, Jacob u.a.: Traumapädagogik. München 2009
- Fischinger, Esther: In der Erinnerung ankern. Trauer von Kindern und Jugendlichen mit Memory Books begleiten. 2017 Göttingen
- Gahleitner, Silke: „Traumasensible Biografiearbeit“ in Miethe I. „Biografiearbeit“ Weinheim 2011
- Glinka, Hans-Jürgen: In Handbuch Sozialarbeit und -pädagogik, Otto, Hans-Uwe und Thiersch, Hans. 2001, 2007; Neuwied
- Gudjons, Herbert ,Wagener-Gudjons, Birgit, Pieper Marianne: Auf meinen Spuren. Übungen zur Biografiearbeit . Bad Heilbrunn, 2008, (7. Auflage)
- Lattschar, Birgit/ Wiemann Irmela: Mädchen und Jungen entdecken ihre Geschichte. Weinheim 2007
- Miete, Ingrid: Biografiearbeit. Lehr-und Handbuch für Studium und Praxis. Weinheim 2011
- Krautkrämer-Oberhoff, Maria / Hasenbein, Katrin: Lebensbuch „Meine Geschichte“ [www.st-mauritz.de](http://www.st-mauritz.de)
- Krautkrämer-Oberhoff, Maria: Biografiearbeit mit dem Lebensbuch S.115-127. In: Bausum. Jacob, u.a.: Traumapädagogik. Weinheim 2009
- Reich, K.: (Hg) : Methodenpool. In [www.methodenpool.uni-Koeln.de](http://www.methodenpool.uni-Koeln.de) 2008 ff
- Ryan, Tony / Walker, Rodger: Wo gehöre ich hin? Weinheim 1997
- Wolff / Stork : Dialogisches Eltern Coaching und Konfliktmanagement, Ff/M. 2013
- Erikson, E.H.: Identität und Lebenszyklus. Frankfurt: Suhrkamp. 1966