

Das eigene Leben studieren – vom Leben lernen

Biografiearbeit mit Menschen mit schwerer Behinderung im Umfeld von Sterben, Tod und Trauer

Biografiearbeit kann für Menschen mit schwerer Behinderung und für deren Assistenten und Angehörige eine wichtige Hilfe sein. Gerade im Umfeld von Sterben, Tod und Trauer ist sie eine bedeutende Kraftquelle. Dies soll im Folgenden dargestellt werden anhand von drei Schritten:

- Was ist Biografiearbeit?
- Biografiearbeit mit Menschen mit schwerer Behinderung,
- Biografiearbeit im Umfeld von Sterben, Tod und Trauer.

Was ist Biografiearbeit?

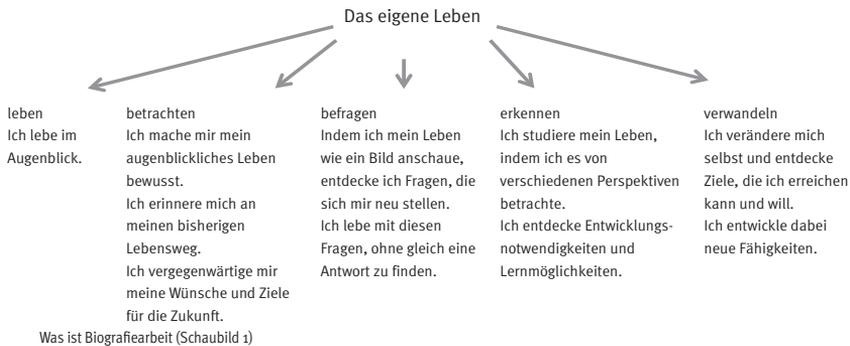
Innerhalb der Biografiearbeit gibt es verschiedene Ansätze. Daher ist es notwendig, das hier zugrunde liegende Verständnis zu beschreiben.¹ Biografiearbeit ist eine bewusste Arbeit an und mit dem eigenen Leben, die in folgenden Stufen erfolgt (Schaubild 1).

«Frage-Kunst»

Am Beginn jeder Biografiearbeit steht eine innere Frage. Diese Ausgangsfrage zu kennen oder zu entdecken ist von besonderer Bedeutung. Sie gibt dem Prozess in der Anfangsphase eine Richtung. Auch im weiteren Verlauf des Biografie-Gesprächs ist es entscheidend, zur rechten Zeit die richtige Frage zu stellen. Die ersten Antworten werfen neue Fragen auf. Ausgangsfragen werden zu Lern- und Zukunftsfragen: Welche neue Fähigkeit will ich mir aneignen? Was will ich Neues in mein Leben aufnehmen? Biografiearbeit ist eine «Frage-Kunst».

Sinn entdecken

In der Rückschau kann der Mensch sich bewusst werden, welchen Weg er bisher gegangen ist: Wie bin ich zu dem geworden, der ich heute bin? Dieser Frage nachzugehen ist bereits sehr wertvoll. Biografiearbeit geht aber darüber hinaus. Sie verbindet Ereignisse der Vergangenheit und der Gegenwart mit den Ahnungen, Wünschen und Zielen für die Zukunft. Indem der Mensch diese Verbindung herstellt, macht er sich sein Leben nicht nur bewusst; er weist seinen Erlebnissen einen Wert zu und verleiht ihnen Sinn.



Die Grundhaltungen: Interesse, Milde, Zutrauen

Drei Haltungen bilden die Grundlage für die Erforschung des eigenen Lebens: In Bezug auf die Vergangenheit geht es darum, Interesse zu entwickeln und aufrecht zu erhalten. Die Betrachtung der Gegenwart sollte mit Milde erfolgen. Die aktuelle Lebenssituation des Menschen gehört zu ihm, auch wenn er sie als unfertig oder unvollkommen erlebt. Für seine Zukunft braucht der Mensch Zutrauen. Dadurch fühlt er sich in der Lage, sich zu verändern und Neues zu lernen. Interesse an seiner Vergangenheit, Milde in Bezug auf das Erreichte und Zutrauen in die eigene Zukunftsfähigkeit sind nicht selbstverständlich gegeben. Sie können jedoch entwickelt und geübt werden.

Biografiearbeit ist Zukunftsarbeit

Nicht selten bleiben in der Biografiearbeit die ersten Bemühungen im Rückblick stecken. Daher soll noch einmal ausdrücklich betont werden: Biografiearbeit ist Zukunftsarbeit. Es gibt zwei Formen von Zukunft, die sich deutlich voneinander unterscheiden.² In die eine Zukunft kann der Mensch hineingehen. Er kann Wünsche und Ziele haben, die sich in ihr erfüllen sollen. Er kann diese Zukunft selbst bestimmen und gestalten. Die andere Zukunft kommt dem Menschen entgegen. Sie bringt Ereignis-

nisse und Begegnungen mit sich, die ihn je nach Lebenssituation berühren oder heftig treffen. Der Mensch muss sich zu diesen Ereignissen in ein Verhältnis setzen, besonders dann, wenn sie seinen bisherigen Wünschen und Zielen nicht entsprechen. Er kann ihre Bedeutung und ihren Wert erforschen, erkennen und annehmen. Er kann in angemessener Weise darauf antworten, indem er seine Zukunftspläne mit ihnen in Verbindung bringt. Beide Formen der Zukunft müssen aktiv – aber auf grundsätzlich verschiedene Weise – ergriffen werden.

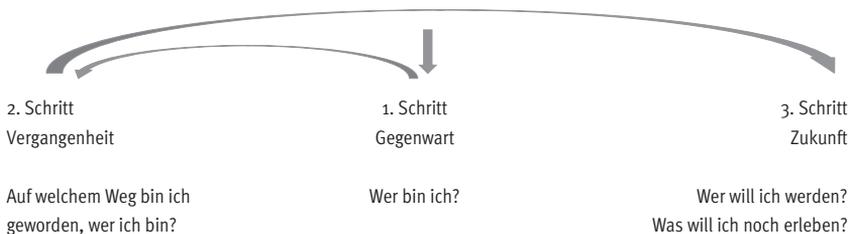
Es gibt eine Zukunft,
in die ICH hineingehe,
die ich planen kann
und ...



... eine Zukunft,
die AUF MICH zukommt,
die Begegnungen und Ereignisse mit sich
bringt, die ZU MIR gehören.

Zwei Richtungen der Zukunft (Schaubild 2)

Der Mensch muss beide Aktivitäten in ein stimmiges Verhältnis bringen und diese zugleich mit seinem bisherigen Lebensweg verbinden, damit er nicht am eigenen Leben vorbei seine Zukunft plant. Zukunftsarbeit beginnt bei der bewussten Gestaltung des nächsten Augenblickes und reicht bis zu den grossen Fragen des zukünftigen Lebens.



Schritt für Schritt in die Zukunft (Schaubild 3)

Visionen und konkrete Zukunftsentwürfe

Wie kann es gelingen, sich in die eigene Zukunft hinein zu begeben, da sie doch noch fern und unbewusst ist? Der Mensch kann sich in seine Zukunft vortasten, indem er Zukunftsbilder (Visionen) und Intuitionen in sich zulässt. Visionen können ausgesprochen, aufgeschrieben, besser noch skizziert oder aufgemalt werden. Indem sie angeschaut werden, entfalten sie ihre Wirkung. Visionen beinhalten eine Richtung, welche Orientierung gibt, und sie verleihen Kraft und Mut, sich auf neues, unbekanntes Terrain zu wagen. Aus ihnen können konkrete Vorhaben und Zukunftsentwürfe entwickelt werden.

Doppelte Kompetenz im Gespräch: Experte in eigener Sache und Biografieberater

Biografie- und Gesprächsarbeit braucht eine Kompetenz, die in der Zusammenarbeit zwischen zwei Partnern entsteht. Diese Zusammenarbeit wird gebildet durch den Menschen, der sein Leben betrachten will und der Experte in eigener Sache ist und eines in Biografie- und Gesprächsarbeit ausgebildeten Biografieberaters.

Am Anfang jeder Zusammenarbeit steht ein klarer Auftrag. Der Experte in eigener Sache entscheidet selbst, ob er Biografiearbeit beginnen will, was er dabei bearbeitet und bespricht, wie er dabei vorgehen möchte und wann er die Hilfe eines Biografieberaters annimmt. Der Biografieberater ist ein Entwicklungsbegleiter. Er übernimmt Verantwortung für den Prozess des Gespräches. Die Inhalte des Lebens und deren Sinnggebung bleiben jederzeit und vollständig in der Verantwortung seines Gesprächspartners.

Der Biografieberater bringt eine weitere Kompetenz in das Gespräch ein. Er studiert die Gesetzmässigkeiten des menschlichen Lebenslaufes. Diese Kenntnisse bilden eine wichtige Grundlage für das Verständnis der individuellen Biografie. Die spezifischen Entwicklungs- und Wahrnehmungsmöglichkeiten in den jeweiligen Lebensabschnitten und deren Krisen sind nicht als ein Programm aufzufassen, das bei jedem Menschen gleich abläuft. Der individuelle Mensch unterliegt zwar Gesetzmässigkeiten, er ergreift jedoch seine Entwicklung nach eigenen Möglichkeiten und Fähigkeiten.³

Methoden und Fragerichtungen

Als ausgebildete Fachkraft in Biografie- und Gesprächsarbeit verfügt der Biografieberater über ein breites Spektrum an Gesprächsmethoden. Eine Auswahl möglicher Methoden und Fragerichtungen wird stichwortartig vorgestellt. Eine ausführliche Darstellung der einzelnen Methoden ist bereits an anderer Stelle erfolgt.⁴

Wie bin ich zu meinem Namen gekommen?

Wie gefällt er mir? Was habe ich mit ihm erlebt?

Genogramm: Wer gehört zu meiner Familie?

Welches Verhältnis habe ich zu den einzelnen Familienmitgliedern?

Menschen, die mir wichtig sind.

Orte, die ich besucht habe.

Erinnerungsskizzen wichtiger Lebensorte anfertigen.

Welche Orte will ich zukünftig besuchen?

So sieht mein Tag, meine Woche, mein Jahr aus.

So lebe ich (Wohnen, Arbeiten, Freizeit, Essen, Gesundheit, Interessen).

Was macht mein Leben schön?

Was sind meine Stärken? Was kann ich nicht so gut? Was sind meine Schwächen

Welche Krankheiten und Krisen hatte/habe ich?

Welche religiösen Erlebnisse hatte/habe ich?

Mein Leben in Bildern und Fotos.

Mein Erinnerungskoffer: Welche Gegenstände hatten für mich Bedeutung?
Sinneswahrnehmungs-Koffer: Frühere Lieblingslieder, Tonträger mit Musik bei besonderen Anlässen, Rezepte von ehemaligen Lieblings Speisen...
Meinen Lebensweg aufschreiben.
Wenn mein Leben ein Baum wäre...? Den eigenen Lebensbaum malen.
Lebenspanorama: Das Leben als Bild malen.
Lebenskurve skizzieren: Was hat sich (chronologisch) alles ereignet?
Die Biografie als Märchen schreiben.
Wofür setze ich meine Lebenskraft ein? Ein Diagramm zeichnen:
Wieviel Prozent meiner Lebenskraft (insgesamt 100%) verwende ich für...?
Bilder, Symbole, Themen, Überschriften für einzelne Lebensabschnitte, Lebensbereiche oder Entwicklungslinien finden.
Perspektivenwechsel: Mein Chef sagt von mir: «...». Mein Mann/meine Frau sagt von mir: «...».
Was entdecke ich in einer für mich schwierigen Situation?
Welche neue Fähigkeit benötige ich, um mich anders zu verhalten zu können?
Von was will ich mich verabschieden?
Was soll so bleiben wie es ist? Was will ich neu machen?
Mein Wunschtag: ein Tag an dem alles so sein kann, wie ich es mir wünsche.
Wie will ich leben? Was will ich noch erleben?
Was will ich noch lernen?
Was will ich selbst? Was wollen andere von mir?
Was sind meine Befürchtungen für die Zukunft?
Eine Rede schreiben: Was soll über mich gesagt werden am Ende des Arbeitslebens, des Lebens?
Zusammenhänge suchen: Was hat sich in meiner Lebenszeit geschichtlich, kulturell, politisch ereignet?

Abstand nehmen, Lebensereignisse studieren, Themen finden

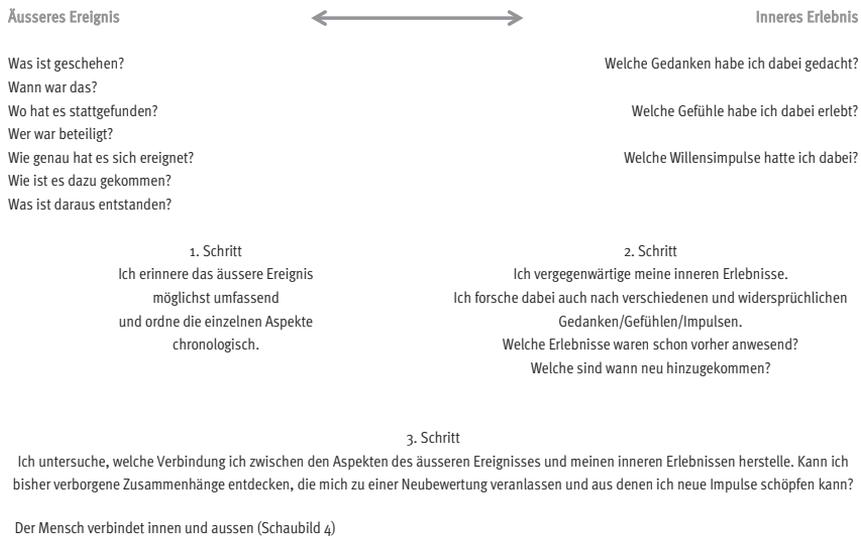
Das Vorgehen in der Biografiearbeit erfolgt auf eine spezifische Weise:
Einzelne Lebensereignisse werden ausgewählt und genau untersucht. Ein einzelner Gegenwartsmoment – so kurz er auch ist – enthält eine grosse Aussagekraft. Die ganze Vergangenheit des Menschen wirkt in ihn hinein. Seine ganze Zukunft ist in ihm veranlagt und geht aus ihm hervor.

Ereignisse, die stellvertretend stehen für eine bestimmte Lebenszeit, einen Lebensbereich oder ein Lebensthema, werden gesucht und erforscht. Ein Beispiel: Ich vergegenwärtige mir meine Erlebnisse am Arbeitsplatz in den letzten drei Wochen. Ich wähle ein Ereignis aus, das stellvertretend stehen kann für meine augenblickliche berufliche Situation. Ich befrage und untersuche dieses äussere Ereignis und mein damit verbundenes inneres Erlebnis. Dabei lerne ich meine momentane Arbeitssituation besser verstehen. Das Studium von Einzelereignissen erfolgt in drei Schritten, die im folgenden Schaubild 4 beschrieben werden.

Neben einzelnen Ereignissen werden auch Entwicklungslinien erforscht. Dabei wird von konkreten Fragen ausgegangen, wie zum Beispiel: Wie bin ich zu meinem Beruf

Beiträge

gekommen? Welche Ereignisse sind mir in diesem Zusammenhang wichtig? Dieses Vorgehen führt zu einer Reihe von Einzelereignissen. Der Experte in eigener Sache kann sich darüber bewusst werden, welche Entwicklung sich in den einzelnen Ereignissen vollzogen hat und er kann Zugang finden zu der Frage, wie diese Entwicklung sich in die Zukunft fortsetzen kann.



Eine weitere Forschungsrichtung besteht darin, Einzelereignisse einer bestimmten Lebenszeit, eines Lebensbereiches oder einer Entwicklungslinie zusammen zu betrachten und sich zu fragen: Worum geht es? Was war wichtig? Was war wesentlich? Antworten können gefunden werden, indem beispielsweise ein Bild gemalt wird, das alle Einzelereignisse zusammenfasst, indem ein übergeordnetes Thema formuliert oder ein Motto gefunden wird. In der Betrachtung des Bildes, des Themas oder des Mottos können Sinnzusammenhänge des Lebens entdeckt werden.

Biografiearbeit mit Menschen mit schwerer Behinderung

Die innere Verbindung, die ein Mensch zu seinem Lebenslauf einnimmt, ist nicht eine Frage der Kognition. Sie ist in viel tieferen Schichten des Menschen verankert und kann immer wieder zum Erlebnis werden. Auch Menschen mit komplexen Behinderungen und erheblichen kognitiven Schwierigkeiten können sich selbst in ein bewusstes Verhältnis zu ihrem eigenen Leben setzen. Sie können es im Rahmen ihrer Möglichkeiten

gestalten und zielgerichtet Lernprozesse beginnen. Dabei stoßen sie an Grenzen. Das Phänomen, dass Selbstreflexion begrenzt ist, tritt jedoch nicht nur bei Menschen mit Behinderung auf. Biografie- und Gesprächsarbeiter erleben diese Begrenzungen bei allen Gesprächspartnern. Menschen mit Behinderung weisen lediglich ein viel breiteres Spektrum menschlicher Gedanken-, Gefühls- und Verhaltensweisen auf. Die Unterschiede hinsichtlich der Fähigkeit zur Selbstreflexion oder der Weite der Themenfelder sind – wenn überhaupt – allenfalls graduelle. Unabhängig davon geht es in der Biografiearbeit immer darum, die Selbstreflexion dort zu entdecken, zu stärken, zu erweitern und einzusetzen, wo sie möglich ist.

Die Tätigkeit in der Biografiearbeit – Abstand nehmen – sich selbst betrachten – Sinn geben – Ziele finden – kann jeder Mensch nur für sich selbst vollziehen. Menschen mit schweren und mehrfachen Behinderungen können nicht aus eigener Kraft aktiv werden. Fehlende oder nur sehr geringe motorische und kognitive Möglichkeiten, fehlende oder eng begrenzte mimische, gestische oder sprachliche Ausdrucksmöglichkeiten, sehr kurze Aufmerksamkeitsphasen, schwere Beeinträchtigungen der Vitalität und Gesundheit stehen erst einmal einer eigenaktiv gestalteten Biografiearbeit entgegen. Für diesen Personenkreis kann jedoch ein eigener Weg eingeschlagen werden. Freunde, Assistenten, Eltern und Angehörige, also die Menschen im Umkreis, können dabei Initiative ergreifen.

Lebensweg und Lebenswerk

In einem ersten Schritt bemühen sich die Menschen im Umkreis, die Ereignisse des Lebensweges zusammenzutragen. Sie erinnern sich an gemeinsame Erlebnisse und recherchieren weitere Lebensereignisse, so weit dies möglich ist. In ihrer Vorgehensweise können sie sich an den bereits vorgestellten Methoden und Fragerichtungen orientieren. Die Akteure müssen sich darüber bewusst sein, dass sie nur die äussere Seite des Lebens zusammentragen können und diese Sammlung lückenhaft – an manchen Stellen vielleicht sogar fehlerhaft – ist. In einem Erinnerungskoffer können Gegenstände gesammelt werden, die im bisherigen Lebenslauf bedeutungsvoll waren und die vom Menschen mit schwerer Behinderung angefasst und damit auch «begriffen» werden können. In einem Sinneserfahrungskoffer kann alles gesammelt werden, was eine Verbindung zu vergangenen Sinneserfahrungen hat und geeignet ist, diese Sinneserfahrungen wieder neu aufleben zu lassen, etwa Rezepte für den Geburtstagskuchen in der Schulzeit oder für das Lieblingsessen in der Jugendzeit, Notenblätter von geschätzten oder immer wieder gehörten Liedern, Tonträger mit Musik, die in bestimmten Lebenssituationen oft gehört wurde. Es können auch «Sinnes-Landkarten» erarbeitet werden. Mithilfe dieser Landkarten kann man noch heute Sinneswahrnehmungen aufsuchen, welche früher einen wichtigen Stellenwert hatten. Das

Geräusch der Strassenbahn am vorletzten Wohnort ist auch heute noch zugänglich, wenn der Mensch mit schwerer Behinderung diesen Ort aufsucht. Dann kann er auch den Geruch der Bäckerei wieder wahrnehmen, die heute noch – wie damals – sich neben dem ehemaligen Wohnhaus befindet. Viele weitere phantasievolle und einfühlsame Vorgehensweisen sind möglich.

Der so erarbeitete Lebensweg wird aufgeschrieben, skizziert, aufgemalt und als Sammlung in einem Erinnerungs- und Sinneskoffer oder auf eine andere Weise präsentiert. In einem zweiten Schritt erarbeiten sich die Menschen im Umkreis ein Bewusstsein, was der Mensch mit schwerer Behinderung bewirkt und geleistet hat:

Was ist in der Welt entstanden, das ohne ihn nicht entstanden wäre?

Was hat er ermöglicht?

Was hat er getan?

Was hat er geleistet?

Zunächst geht es darum, die Taten des Menschen mit schweren Behinderungen und deren (Aus-)Wirkungen zu erfassen. Dann wird auf die Suche gegangen, was allein dessen Dasein bewirkt hat. Hierbei lohnt es sich, eine möglichst weite Perspektive einzunehmen:

Welche Einrichtungen sind durch ihn entstanden oder aufrechterhalten worden?

Welche Menschen haben sich durch ihn beruflich ausbilden und qualifizieren können?

Welche Menschen haben einen Arbeitsplatz, weil es ihn gibt?

Was wäre alles nicht vorhanden oder nicht möglich, wenn es ihn nicht geben würde?

Die Schaffung und Aufrechterhaltung von Einrichtungen, Diensten und Ausbildungen werden in der Regel als Leistung professioneller Fachkräfte in Vorständen, Geschäftsführungen und in Mitarbeiterteams wahrgenommen. Sie sind aber (auch) eine Leistung des Menschen mit schwerer Behinderung, weil sie von ihm ausgehen.

Viele ärztliche, pflegerische, pädagogische und sozialtherapeutische Dienstleistungen wurden und werden für den Menschen mit schwerer Behinderung unvollständig, nicht ausreichend, fehlerhaft oder auch überhaupt nicht erbracht. Viele Assistenten konnten ihn erst adäquat begleiten, nach dem sie ihn längere Zeit kennengelernt hatten.

Diese Tatsache führt zu der nächsten Untersuchungsfrage:

Was hat der Mensch mit schwerer Behinderung auf sich genommen?

Auf was hat er verzichtet (verzichten müssen)?

Was hat er ertragen (müssen)?

Die Frage nach der Lebensleistung, der Wirkung und den Früchten des Lebens wird nun auf das innere Erlebnis der Menschen im Umkreis bezogen:

Was hat der Mensch mit schwerer Behinderung in mir als Freund, Assistent oder Angehöriger angeregt?

Welche Lernprozesse und Erkenntnisse verdanke ich (nur) ihm?

Was ist für mich daraus entstanden?

All diese Fragen werden nicht theoretisch oder abstrakt beantwortet. Es werden ausschliesslich konkrete Ereignisse und Erlebnisse untersucht. Die Antworten stammen damit aus dem Leben. Auf diese Weise erhalten die Menschen im Umkreis genaue und gesicherte Erkenntnisse über die Wirkung des Menschen mit schwerer Behinderung. Die Gesamtheit aller Leistungen, Wirkungen und Früchte des Lebens werden im folgenden als Lebenswerk bezeichnet. Auch das Lebenswerk kann nur unvollständig zusammen getragen werden. Vieles ist nicht oder nur teilweise bekannt. Vieles bleibt trotz aller Bemühung unentdeckt oder unbewusst. Dieses Lebenswerk wird nun – wie zuvor der Lebensweg – in einer zweiten ausführlichen und vielfältigen Präsentation zusammengestellt.

Die Arbeit am Lebensweg und -werk erfolgt in Anwesenheit des Menschen mit schwerer Behinderung. Er ist von Beginn an in den Prozess eingebunden, dessen Mittelpunkt er zugleich ist. Mit der Recherche des Lebensweges und des Lebenswerkes ist nur ein Anfang gemacht. Mehrere Schritte müssen nun aufeinander folgen, damit Bio-graphiearbeit stattfindet.

Das andere Leben verstehen wollen – Zusammenhänge erkennen

Die wiederholte Betrachtung des Lebensweges hilft, sich in den Menschen mit schwerer Behinderung einzufühlen. Vor allem dann, wenn Empathieübungen daran angeknüpft werden.⁵ Dabei versuchen die Menschen im Umkreis die Perspektive des anderen Menschen so weit wie möglich einzunehmen: «Wie würde ich mich fühlen, wenn ich diesen Lebensweg erlebt hätte?» Wichtig ist: Weder die Einzelergebnisse noch deren Gesamtheit bilden das innere Erlebnis des Menschen mit schwerer Behinderung ab. Es handelt sich um nicht mehr – aber auch nicht weniger – als eine Annäherung.

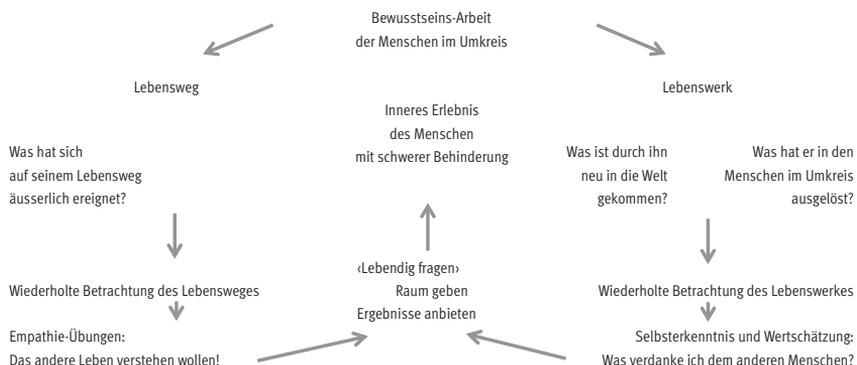
Bei der wiederholten Betrachtung des Lebenswerkes können sich die Menschen im Umkreis bewusst werden, welche wertvollen Lebenserfahrungen sie dem Menschen mit schwerer Behinderung verdanken. Was sie in diesem Prozess an sich selbst wahrnehmen, ist eine Wirkung der Lebensleistung des Menschen mit schwerer Behinderung. Indem die Menschen im Umkreis diese grossen Leistungen entdecken, wertschätzen und mit Dankbarkeit annehmen, werden Lebenszusammenhänge deutlich und Schicksalsbeziehungen sichtbar.

Alle Bemühungen um den Lebensweg und das Lebenswerk führen zu einer grösseren Wachheit und einem erweiterten Bewusstsein in der Umgebung des Menschen mit schwerer Behinderung. Er selbst hat durch seine Anwesenheit Anteil daran.

Arbeitsergebnisse anbieten und «Raum» geben

Die Menschen im Umkreis suchen nun nach Möglichkeiten, wie sie ihre Arbeitsergebnisse dem Menschen mit schwerer Behinderung unmittelbar anbieten können. Sie können berichten, erzählen, vorlesen, Bilder und Skizzen zeigen und gemeinsam mit

ihm den Inhalt der Erinnerungs- und Sinneskoffer erforschen. Der Mensch mit schwerer Behinderung kommt dadurch mit einem Teil seines gelebten Lebens in Berührung. Die Bewusstseinsarbeit, die bisher vor allem im Umkreis stattgefunden hat, kann von ihm entsprechend seinem Bedürfnis und seinen Möglichkeiten aufgenommen werden und ihre Wirkung entfalten.



Bewusstseinsarbeit im Umkreis und inneres Erlebnis (Schaubild 5)

Die Frage «Wie hast Du diese Ereignisse innerlich erlebt?» wird gestellt. Die Menschen im Umkreis entwickeln im persönlichen Kontakt Interesse für das innere Erlebnis des Menschen mit schwerer Behinderung. Es ist das Interesse für eine Innenwelt, deren Inhalte im Wesentlichen verborgen bleiben, weil der andere Mensch nichts davon andeuten oder erzählen kann. Genau betrachtet erscheint dieses spezielle Interesse nicht wie ein seltener Ausnahmefall, sondern eher wie das Urbild eines selbstlosen Interesses am anderen Menschen. Wer es aufbringt, kann im nonverbalen Feld erleben, wie sehr dieses Interesse vom Menschen mit schwerer Behinderung dankbar angenommen wird. In vielen Fällen beschränkt sich die Rückmeldung auf eine kleine Bewegung, einen besonderen Blick, vielleicht einen Ton oder eine vertiefte Atmung. In diesen Äusserungen muss die Antwort darauf gefunden werden, ob der Mensch mit schwerer Behinderung mit der Biografiearbeit einverstanden ist. Jede darüber hinausgehende Äusserungsmöglichkeit schafft zusätzliche Klarheit.

Mit dieser Grundhaltung können nun Gesprächsbeiträge erfolgen, die den Menschen mit schwerer Behinderung konkret unterstützen. Die erste Aktivität besteht darin, den eigenen Erlebnissen des Menschen mit schwerer Behinderungen «Raum» zu geben. Jeder Mensch benötigt Aufmerksamkeit und Anstrengung, um in seine inneren Erlebnisse eintauchen zu können. Die Zeit, die für die inneren Erlebnisse zu verwenden ist, korrespondiert mit der Zeit, die für die äusseren Ereignisse aufgebracht wurde. Bei einer gründlichen Bearbeitung dauert die Arbeit am Lebensweg und -werk in der Regel

mehrere Wochen und Monate. Das Ergebnis dieser Arbeit soll dem Menschen mit schwerer Behinderung dann nicht in einem oder zwei kurzen Begegnungen angeboten werden. Es ist daher wünschenswert, dass die Menschen im Umfeld und der Mensch mit schwerer Behinderung ebenfalls über mehrere Wochen und Monate regelmässig zu Arbeitstreffen zusammen kommen. Es ist empfehlenswert, die einzelnen Aspekte des Lebensweges und des Lebenswerkes nicht nur nacheinander dem Menschen mit schwerer Behinderung vorzutragen, sondern immer wieder zu wiederholen. Zum einen führt die Wiederholung zu einer gewünschten Vertiefung, zum anderen wird der Mensch mit schwerer Behinderung in diesen Arbeitstreffen mal mehr oder weniger Anteil nehmen können.

Erlebnisse ‹lebendig-fragen›

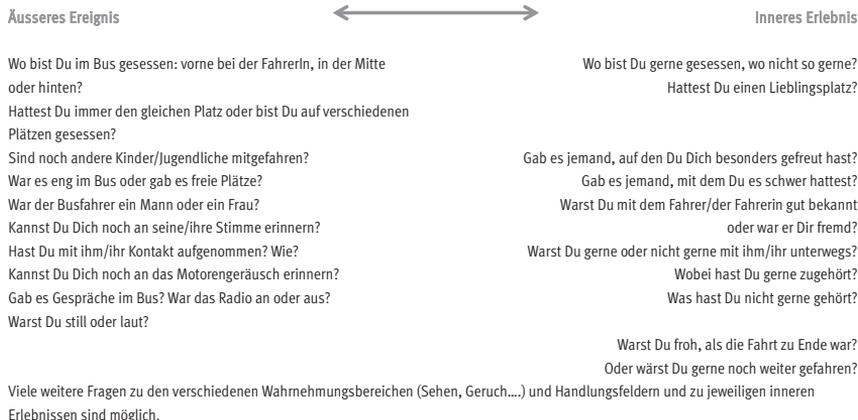
Alle Inhalte des Erinnerungskoffers und Sinneskoffers können vom Menschen mit Behinderung entdeckt, begriffen und erfahren werden. Auf diese Weise können in ihm Erinnerungen wach werden. Das Eintauchen des Menschen mit schwerer Behinderung in seine Erinnerung kann weiter angeregt werden, indem seine Lebensereignisse ‹lebendig-gefragt› werden. Hierbei werden vom Biografiearbeiter und von den Menschen im Umkreis Fragen gestellt, die offen bleiben, auf die keine Antwort erwartet werden kann, die aber als An-Frage und Angebot ihre Wirkung entfalten. Ein Beispiel: Ein Mensch mit Behinderung fährt erkennbar gerne mit dem Bus. Im Rahmen der Biografiearbeit taucht die Frage auf: Wie hast Du das Busfahren früher erlebt? Von der Busfahrt vom Wohnort zur Schule ist nichts (mehr) bekannt. Ist der Mensch mit schwerer Behinderung schon damals gerne Bus gefahren oder hat sich diese Vorliebe erst später entwickelt? Was hat sich damals während der Fahrt ereignet? Wie hat er es erlebt? Wir werden es nicht mehr erfahren. Indem wir uns mit unserem fragenden Interesse möglichst konkret in den Bus und die Fahrt hinein begeben, können wir dazu beitragen, dass der Mensch mit schwerer Behinderung seine Erlebnisse verlebendigen kann (Schaubild 6).

Beim ‹Lebendig-fragen› ist folgendes zu beachten:

Die gestellten Fragen dürfen keine Antworten suggerieren. Sie müssen offen gestellt werden oder zumindest verschiedene, auch gegensätzliche Alternativen beinhalten. Es ist sinnvoll, auch nach scheinbar unwichtigen Details zu fragen. Oft wird ein Ereignis nur wegen einer Kleinigkeit zum wichtigen Erlebnis.

Der Fragende kann zuerst die Bereiche ‹abfragen›, für die sich der Mensch mit schwerer Behinderung erfahrungsgemäss besonders interessiert. Er sollte sich darauf aber nicht beschränken. Manche Fragen können eine ganz unerwartete Wirkung haben. Andererseits werden viele Fragen nicht auf das direkte Interesse des Menschen mit schwerer Behinderung treffen.

Beiträge



Beispiel: Busfahrt zur Schule «lebendig-fragen» (Schaubild 6)

Zukunftsarbeit

Ein letzter Schritt hat noch zu erfolgen: Nach der Betrachtung des Lebensweges und des Lebenswerkes wenden sich nun alle Beteiligten der Zukunft zu. Sie versuchen ahnend zu erfassen, was dem Menschen mit schwerer Behinderung aus der Zukunft näher kommt, und sie arbeiten Ziele für diese Zukunft heraus. Gerade für Menschen mit schwerer Behinderung ist es wichtig, «grosse» Lebens- und Zukunftsfragen zu stellen und zu bearbeiten: Wie will ich leben? Was will ich arbeiten? Was will ich noch alles erleben? Was will ich sehen von der Welt? Diese Zukunftsfragen werden nun im Rahmen der Biografiearbeit von den Menschen im Umkreis aufgegriffen und zusammen mit dem Menschen mit schwerer Behinderung bearbeitet. Wie persönliche Zukunftsarbeit durchgeführt werden kann, wurde von Kistner (2012) bereits beschrieben. Es sei hier auch auf die Veröffentlichungen zur persönlichen Zukunftsplanung verwiesen.⁶

Biografiearbeit im Umfeld von Sterben, Tod und Trauer

Biografiearbeit im Umfeld von Sterben, Tod und Trauer soll abschliessend «übend» vorgestellt werden. Der Leser ist herzlich eingeladen, sich Zeit zu nehmen und die vorgeschlagenen Übungen zu bearbeiten. So kann er einige Methoden in ihrer praktischen Anwendung kennenlernen. Er kann entdecken, welches Bewusstsein und welche Kraft dadurch möglich werden. Aus gutem Grund sind die Übungen zunächst für den Leser bestimmt. Es ist notwendig, sich dieses Arbeitsfeld durch Selbsterfahrung anzueignen. Wer es für Menschen mit schweren Behinderungen erschliessen möchte, findet im vorangegangenen Kapitel (Biografiearbeit für Menschen mit schwerer Behinderung) den Weg beschrieben.

Die folgenden Übungen sollen lediglich Arbeitsrichtungen andeuten. Keinesfalls ist das Übungsangebot als ein fester Ablauf zu verstehen, der für Trauernde anzuwenden wäre. Bei jedem Menschen wird der Gesprächsprozess in eine ganz individuelle Richtung führen.

Abschied und Neubeginn – Tod als Übergang

Prozesse von Abschied und Neubeginn haben eine grosse Bedeutung für den Menschen. Sie sind zugleich auch Vorbereitungen für den grossen Abschied und Übergang beim Sterben am Ende des Lebens. In der Biografiearbeit geht es immer wieder darum, diese Prozesse bewusster zu erfassen und zu gestalten.

Übung 1:

Vergegenwärtigen Sie sich Übergangssituationen, in denen Sie sich von etwas, was Ihnen bisher wertvoll und wichtig war, verabschieden mussten, um etwas Neues beginnen zu können.

Wählen Sie eine Situation aus.

Untersuchen Sie das äussere Ereignis und Ihr inneres Erlebnis entsprechend

Schaubild 4: «Der Mensch verbindet innen und aussen».

Nach jedem Übergang bleiben eigene Taten zurück, die der Mensch gerne verändern würde, die er aber nicht mehr verändern kann und auch nicht mehr «gut» machen kann. Manche Menschen beschäftigen sich gerade am Ende des Lebens mit diesem Unveränderlichen und Unvollkommenen und fragen sich: Wie kann ich diese Erlebnisse annehmen? Wie nah kann ich diese Taten zu mir nehmen?

Übung 2:

Vergegenwärtigen Sie sich Lebenssituationen, die Sie nachträglich gerne verändern würden, weil sie nicht gelungen sind.

Wählen Sie eine Situation aus.

Untersuchen Sie das äussere Ereignis und Ihr inneres Erlebnis entsprechend (Schaubild 4).

Im Angesicht des Todes: Was ist wesentlich?

Im Umfeld von Sterben, Tod und Trauer werden wesentliche Fragen gestellt, die beantwortet werden, indem konkrete Ereignisse und Erlebnisse untersucht werden. Wer ist dieser Mensch mit einer schweren Behinderung? Wer bin ich als BegleiterIn, FreundIn, Vater, Mutter, Bruder oder Schwester? Was hat mich mit diesem Menschen zusammengeführt? Was ist in dieser Begegnung neu für mich entstanden?

Übung 3

Vergegenwärtigen Sie sich Ihre Begegnungen zu dem sterbenden/verstorbenen Menschen, bei denen sich etwas für Sie Wesentliches ereignet hat.

Wählen Sie eine Situation aus.

Untersuchen Sie das äussere Ereignis und Ihr inneres Erlebnis entsprechend (Schaubild 4).

Mein eigener Tod

Zur inneren Vorbereitung auf eine Sterbebegleitung gehört auch die Auseinandersetzung mit dem eigenen Tod. Was bedeutet Sterben und Tod für mich selbst? Was ist mir im Hinblick auf meinen Tod wichtig und wesentlich in meinem Leben?

Übung 4

Versetzen Sie sich in folgende zukünftige Situation: Auf Ihrer Trauerfeier am Ende Ihres Lebens soll ein Ereignis erzählt werden, das als wesentlich für ihr Leben betrachtet wird.

Welches Ereignis Ihres Lebens sollte erzählt werden?

Vergegenwärtigen Sie sich Ereignisse/Erlebnisse in Ihrem bisherigen Leben, die Sie als wesentlich empfanden.

Wählen Sie eine Situation aus.

Untersuchen Sie das äussere Ereignis und Ihr inneres Erlebnis entsprechend (Schaubild 4).

Übung 5

Versetzen Sie sich in folgende zukünftige Situation: Auf der Trauerfeier am Ende Ihres Lebens soll eine Rede gehalten werden.

Was soll über Sie gesagt werden?

Formulieren Sie drei bis fünf Sätze, die in der Rede enthalten sein sollen.

Suchen Sie zu diesen Sätzen konkrete Erlebnisse, die Sie damit verbinden.

Wählen Sie eine Situation aus.

Untersuchen Sie das äussere Ereignis und Ihr inneres Erlebnis entsprechend (Schaubild 4).

Übung 6:

Versetzen Sie sich in folgende zukünftige Situation: Ihre Angehörigen bereiten am Ende Ihres Lebens Ihre Trauerfeier vor.

Welche Elemente (Lieder, Sprüche, Licht, Bilder...) bzw. welchen Ablauf wünschen Sie sich für Ihre Trauerfeier?

Vergegenwärtigen Sie sich Ereignisse in Ihrem bisherigen Leben, in denen Sie diese Elemente schon einmal eingesetzt oder erlebt haben.

Wählen Sie eine Situation aus.

Untersuchen Sie das äussere Ereignis und Ihr inneres Erlebnis entsprechend . (Schaubild 4)

Tod eines nahen Menschen

Im Sterbeprozess und beim Tod eines nahen Menschen durchleben Angehörige und Freunde manches, was sie erst im Nachhinein mit einem notwendigen Abstand betrachten können. Was habe ich alles erlebt? Wie habe ich es erlebt?

Übung 7:

Vergegenwärtigen Sie sich Ihre Begegnung mit einem sterbenden oder verstorbenen Menschen.

Was haben Sie während des Sterbeprozesses, dem Tod, der Trauerfeier oder der Beerdigung erlebt?

Ordnen Sie die äusseren Ereignisse chronologisch.

Untersuchen Sie die äusseren Ereignisse und Ihre inneren Erlebnisse entsprechend (Schaubild 4).

Trauer und Neubeginn

Wenn ein nahestehender Mensch stirbt, entsteht eine völlig neue Lebenssituation, in der ich mich erst einmal zurechtfinden muss.

Übung 8:

Vergegenwärtigen Sie sich Ihre aktuellen Erlebnisse.

Wählen sie eine konkrete Gegenwartssituation aus, die Ihnen im Moment schwer fällt.

Bearbeiten Sie diese Situation in folgenden Schritten:

1. Schritt:

Äusseres Ereignis:

Was findet in dieser Situation äusserlich genau statt?

Was genau fehlt mir (äusserlich) durch den Verlust des anderen

Menschen?

2. Schritt:

Inneres Erlebnis:

Welche Gedanken habe ich dabei gedacht?

Welche Gefühle habe ich dabei erlebt?

Welche Willensimpulse hatte ich dabei

Was genau fehlt mir (äusserlich) durch den Verlust des anderen

Menschen?

3. Schritt:

Was muss neu werden?

Wie kann ich mir selbst helfen?

Welche Hilfen kann ich von anderen erbitten?

Verbindung zum Verstorbenen durch Erinnerung und Rituale

Manche Menschen empfinden, dass die lebendige Erinnerung an gemeinsame Erlebnisse ein Weg darstellt, mit dem verstorbenen Menschen in Verbindung zu bleiben.

Übung 9:

Vergegenwärtigen Sie sich gemeinsame Erlebnisse mit dem/der Verstorbenen, an die Sie sich gerne (nicht gerne) erinnern.

Wählen Sie jeweils ein bis drei Situationen aus.

Untersuchen Sie die äusseren Ereignisse und Ihre inneren Erlebnisse entsprechend (Schaubild 4).

Wie ist mein Verhältnis zum verstorbenen Menschen? Auf welche konkrete Art und Weise möchte ich mit ihm in Verbindung bleiben?

Übung 10:

Beschreiben Sie, wie Sie konkret mit dem/der Verstorbenen in Verbindung treten wollen.

Welche Rituale wollen Sie anwenden?

Wie sollen sich diese für Sie anfühlen?

Bei welcher Gelegenheit haben Sie diese Rituale schon einmal erlebt?

Untersuchen Sie die äusseren Ereignisse und Ihre inneren Erlebnisse entsprechend (Schaubild 4).

Beiträge

Anmerkungen

- (1) Die hier vorgestellte Biografie- und Gesprächsarbeit orientiert sich an der Geisteswissenschaft Rudolf Steiners. Meine Ausbildung in Biografie- und Gesprächsarbeit absolvierte ich im Werkplatz für individuelle Entwicklung (www.biographie-arbeit.ch). Die Ausbildung ist zertifiziert durch die Freie Hochschule für Geisteswissenschaft, Dornach.
- (2) Die zweifache Zukunft wurde u.a. von Brotbeck (2005) beschrieben.
- (3) Zu den Gesetzmäßigkeiten des Lebenslaufes siehe u.a.: Archiati (2003), Burkhard (1992, 2004), Guardini (2001), Köhler (1998, 1995), Lievegoed (1979), O'Neil (1994), Roder (2005), Sleight (2006), Steiner (1996), Treichler (1990, 1995), Wais (1992, 1994, 2001).
- (4) Beschreibung von Methoden finden sich u.a. in: Lindmeier (2004), Miethe (2011), Orientierung (2012), Prinsenber (1997), Ruhe (2007), van der Brug, Locher (2003).
- (5) Empathieübungen wurden von Ruhrmann (2008) beschrieben.
- (6) Boban/Hinz (1999), Doose/Kan (1999), Hinz (2007), Hinz/Kruschel (2013).

Literaturempfehlungen

- Archiati, P. (2003): Kunstwerk Biografie. Eine Entdeckungsreise durch den Lebenslauf des Menschen. Archiati Verlag Boban, I.; Hinz, A. (1999): Persönliche Zukunftskonferenzen – Unterstützung für individuelle Lebenswege. In: Behinderte in Familie, Schule und Gesellschaft 22, H.4/5, 13-23. <http://bidok.uibk.ac.at/library/beh4-99-konferenz.html>
- Brotbeck, S. (2005): Zukunft. Aspekte eines Rätsels. Verlag am Goetheanum, Dornach.
- Burkhard, G. (1992): Das Leben in die Hand nehmen. Verlag Freies Geistesleben, Stuttgart.
- Burkhard, G. (2004): Das Leben geht weiter. Geistige Kräfte in der Biografie. Verlag Freies Geistesleben, Stuttgart.
- Doose, S.; Kan, P. van (1999): Zukunftsweisend. Peer Counseling und Persönliche Zukunftsplanung. bifos, Kassel.
- Guardini, R. (2001): Die Lebensalter. Ihre ethische und pädagogische Bedeutung. Matthias-Grünwald-Verlag, Mainz.
- Hinz, A. (2007): Schwere Mehrfachbehinderung und Integration. Herausforderungen, Erfahrungen. Marburg.
- Hinz, A.; Kruschel, R. (2013): Bürgerzentrierte Planungsprozesse in Unterstützterkreisen. Praxishandbuch Zukunftsfeste, Bundesverband f. körper- u. mehrfachbehinderte Menschen, Düsseldorf.
- Kistner, H. (2012): Kraftvoll der Zukunft entgegen! Zukunftskonferenzen für Menschen mit schweren Behinderungen. In: Seelenpflege in Heilpädagogik und Sozialtherapie, 1/2012, 45-53
- Köhler, H. (1995): Der Mensch im Spannungsfeld zwischen Selbstgestaltung und Anpassung. Gesundheitspflege initiativ, Bd. 5. Gesundheitspflege initiativ, Esslingen.
- Köhler, H. (1998): Das biographische Urphänomen. Gesundheitspflege initiativ, Bd. 13. Esslingen.
- Lievegoed, B. (1979): Lebenskrisen – Lebenschancen. Kösel, München.
- Lindmeier C. (2004): Biografiearbeit mit geistig behinderten Menschen. Ein Praxisbuch für Einzel- und Gruppenarbeit. Juventa Verlag, Weinheim und München.
- Miethe, I. (2011): Biografiearbeit. Lehr- und Handbuch für Studium und Praxis. Juventa Verlag, Weinheim und München.
- O'Neil, G. und G. (1994): Der Lebenslauf. Stuttgart.
- Orientierung. Fachzeitschrift der Behindertenhilfe 3/2012.
- Prinsenber, G. (1997): Der Weg durch das Labyrinth. Oratio, Schaffhausen.
- Punkt und Kreis. Zeitschrift für anthroposophische Heilpädagogik, individuelle Entwicklung und Sozialkunst Heft 28/2012.
- Roder, F. (2005): Die Mondknoten im Lebenslauf. Verlag Freies Geistesleben, Stuttgart.
- Ruhe, H.-G. (2007): Methoden der Biografiearbeit. Juventa Verlag, Weinheim und München.
- Ruhrmann, I.; Henke, B. (2008): Die Kinderkonferenz. Übungen und Methoden zur Entwicklungsdiagnostik. Stuttgart.
- Sleight, J. (2006): Lebenskrisen. Zwölf Schritte zu ihrer Bewältigung. Verlag Freies Geistesleben, Stuttgart.
- Steiner, R. (1996): Vom Lebenslauf des Menschen. Verlag Freies Geistesleben, Stuttgart.
- Treichler, R. (1990): Die Entwicklung der Seele im Lebenslauf. Verlag Freies Geistesleben, Stuttgart.
- Treichler, R. (1995): Biographie und Krankheit. Wendepunkte im Lebenslauf. Verlag Urachhaus, Stuttgart.
- Brug, J. van der; Locher, K. (2003) Unternehmen Lebenslauf. Verlag Urachhaus, Stuttgart.
- Wais, M. (1992): Biographie-Arbeit Lebensberatung. Verlag Urachhaus/Geistesleben, Stuttgart.
- Wais, M. (1994): Individualität und Biographie. Innere Entwicklungsdynamik und Eigengesetzlichkeit. Verlag Urachhaus, Stuttgart.
- Wais, M. (2001): Ich bin, was ich werden könnte. Verlag Johannes M. Mayer, Stuttgart.
- Internetadressen
Internationale Forum für Biografiearbeit als Beruf auf Grundlage der Anthroposophie
im Internet unter www.biographie-arbeit.org



Hein Kistner (Dipl. Heilpädagoge, Biografiearbeiter) ist langjähriger Begleiter von Menschen mit schweren Behinderungen am Arbeitsplatz. Ausbildung zum Biografieberater im Werkplatz für individuelle Entwicklung (WIE).