

Mein Ansatz von Biographie- und Gesprächsarbeiten...

Die Frage nach einem tieferen Verständnis des eigenen Lebens beschäftigt heute viele Menschen. Ein gesundes Im-Leben-Stehen bedeutet, sich Geistes-gegenwärtig halten zu können zwischen Vergangenheit und Zukunft. Dies wird einem sofort klar, wenn sich eine Zukunftsaussicht plötzlich verändert oder wenn eine bis dahin beruhigende Orientierung an festen Werten aus der Vergangenheit auf einmal in Frage gestellt wird. Solche Situationen treten leicht auf, z.B. bei drohender Arbeitslosigkeit, Krankheit, einer „Midlife Krise“ oder beim Scheitern einer Beziehung. Viele Menschen empfinden auch ganz allgemein, durch die zunehmende materialistische Weltanschauung und die daraus hervortretende Verunmenschlichung der Werte, eine allgemeine Bedrohung und fragen sich nach dem Sinn ihres Lebens. So wird deutlich, dass es in der Schnelllebigkeit unserer Zeit zunehmend wichtig ist, dass der einzelne Mensch sich der Einmaligkeit seines eigenen Seins unabhängig von äußeren Werten bewusst ist. Dass ihm klar ist, dass er viele Möglichkeiten selbst in der Hand hat, dass er auch als Erwachsener noch lernen kann und gerade durch Selbstzweifel und Ohnmachtgefühle und die Überwindung derselben die Möglichkeit entsteht, schöpferisch zu sein und sich zu entwickeln.

Einen eigenen Weg zu gehen, das Leben selbst zu gestalten, statt gelebt zu werden ist ein tiefes, menschliches Bedürfnis. Voraussetzung dafür ist, unabhängig von der Bewertung einzelner Lebensereignisse, eine Ahnung von einem „roten Faden“ zu haben, der einen Menschen treu durch sein Leben begleitet und ihn schlussendlich an ein sinnvolles Ziel führt. Wenn er ein Bewusstsein von diesem einmaligen „roten Faden“ hat, wird es ihm immer leichter fallen, sein Leben selbst in die Hand zu nehmen und selbstbewusst Zielsetzungen und Entschlüsse zu treffen.

Die Arbeit, die der moderne Mensch neben allen anderen Arbeiten heute zu leisten hat ist: Sich in Übereinstimmung mit sich selbst zu entwickeln. Auf der anderen Seite ist der Mensch heute mehr als sonst darauf angewiesen, sich als einen Teil der ganzen Welt erleben zu können. Welchen Sinn hätte es, nur für sich selbst zu leben, sich vollkommen zu isolieren? Sich als Individualität integrieren zu können, sich in Übereinstimmung mit Welt und Kosmos zu erleben, ist ein Urbedürfnis des Menschen. Auch dies soll er sich in eigener Arbeit erobern. Auch hier ist der Mensch auf sich gestellt.

Dies alles fordert enorm viel vom Bewusstsein des Menschen. Bis jetzt wurde seine bewusste Entwicklung hauptsächlich durch seine beruflichen oder erzieherischen Tätigkeiten herausgefordert. Vieles andere war abgedeckt durch feste Werte in Religion, Gesellschaft und Familie. Durch die Veränderungen und Umbrüche in der Arbeitswelt wie auch in der privaten Welt des Menschen (die Führung einer Familie wird heute schon durchaus als berufliche Tätigkeit eingestuft, obwohl noch nicht immer entsprechend gewertet und entlohnt), hat sich sein „Arbeitsfeld“ enorm erweitert und so hat er entsprechend mehr Bewusstseinsarbeit zu leisten in Bezug auf das, was er will.

Biographie- und Gesprächsarbeit sind eine Hilfe, diesen Anforderungen gerecht zu werden. Damit ist der „Gegenstand“, der Focus der Biographie und Gesprächsarbeit angegeben, nämlich: Die *Arbeit* des Menschen.

Wobei der Begriff Arbeit im erweiterten Sinne, wie oben beschrieben, zu verstehen ist. Es geht also darum, dem Menschen zu helfen, ein immer deutlicheres und umfassenderes Bewusstsein von seinem willensmäßigen Tätigsein in seinem Leben zu entwickeln, und damit zu erkennen, wie er in seinem Willen lebt. Entspricht dies seinem Ich, ist es das, was er will? Wie kann er das, was er als wichtig und zu ihm gehörend erkennt sozialverträglich in die Welt integrieren? Das heißt dann, ihm zu helfen, in der Welt *wirkend* wirklich er selbst zu sein, wirklich Mensch zu sein.

Gegenstand der Biographie- und Gesprächsarbeit sind einerseits Tätigkeiten, die in der einzigartigen Lebenspraxis des jeweiligen Menschen sichtbar und somit reflektierbar geworden sind und andererseits das Studium der Gesetzmäßigkeiten die als geistiges übergeordnetes Prinzip in der Evolution in der Menschheit anwesend sind. In der anthroposophisch ausgerichteten Biographiearbeit gibt uns die Geisteswissenschaft

Rudolf Steiners die Orientierung. Aus dem Studium dieser beiden Aspekte werden individuelle Lernprozesse angeregt.

Heute leben wir in einer Situation der funktionellen Ausdifferenzierung der Gesellschaft in berufliche Spezialisierungen. Die wissenschaftlich fundierten Spezialgebiete haben sich enorm vermehrt, jedes Teilgebiet ist sehr vielschichtig und die Zahl der Professionen nimmt ebenso zu wie die Spezialisierungen. Es wurde aber keine Professionalität zur Bewältigung größerer Gesamtprobleme entwickelt. Fachübergreifende Kooperation ist deswegen notwendig geworden. Daran wird, auch im Sinne von Vernetzung, enorm viel gearbeitet. In Bezug auf sein Arbeitsfeld ist der einzelne Mensch oft in einer Lebenssituation, welche eine Entscheidung braucht, die so komplex ist, dass sie scheinbar nur durch eine fachübergreifende Kooperation von Professionellen zu einer Lösung gebracht werden kann. Der einzelne gerät in eine Ohnmachtsituation, in der er dazu neigt sich ganz in die Abhängigkeit der Fachkompetenz einer Gruppe von fremden Menschen zu begeben, um seine „Freiheit“ oder sein Ich danach zu richten. Die Möglichkeit einer eigenen Entscheidung wird ihm auf diese Weise oft genommen. Eigentlich möchte das Ich auf der Basis des gesunden Menschenverstandes heute in der Lage sein, sich auch in einer komplexeren Lebenssituation selbstständig entscheiden zu können. Das gesteigerte Bewusstsein auf einzelne Teile des Lebens und die Gefahr der Fixierung oder Überbewertung, verhindern leicht die Sicht auf die Gesamtheit. Diese erweiterte Sicht kann nur zustande kommen, wenn die geistigen Zusammenhänge der Evolution der Menschheit mit einbezogen werden und somit kann der Mensch auf die Realität der Einzigartigkeit seines Lebens als Mensch, zwischen Himmel und Erde aufmerksam werden. Die Realität der Einzigartigkeit in dieser Gesamtheit der Ausgestaltung eines Lebens ist ja gerade die Realität des Ich-Seins. *Diesem*

Sein zu vertrauen, *seinen* Lebenssinn zu erleben, vermittelt dem Menschen ein wesentliches Gefühl des „Ich-vereinigt-seins“ mit Sich und der Evolution. Auf dieser Basis kann er dann weiterhin selbständige und wesentliche Entscheidungen treffen.

Hygienische Biographiearbeit

Ein erster Schritt in der Biographiearbeit ist oft, eine Gesamtüberschau des ganzen Lebens zu erstellen aus einem übergeordneten geisteswissenschaftlichen Gesichtspunkt (Gesetzmäßigkeit) heraus. Dadurch entsteht vom Ich aus ein erstes Bewusstsein von der Qualität einer Ganzheit. Dieses wird dann oft in kleinen Gruppen (4 bis 5 Personen) methodisch reflektiert. Dadurch bekommt die einseitige Beschäftigung mit der eigenen Biographie den nötigen, wohltuenden Ausgleich und eine Erweiterung.

Hygienisch –therapeutische Biographie- und Gesprächsarbeit

Die Arbeit kann dann auf viele Arten, indem man immer wieder einen anderen übergeordneten Gesichtspunkt wählt, problem- oder themenbezogen vertieft und differenziert werden. Hier ist oft eine spezielle Gesprächsarbeit notwendig. Aus welchem Gesichtspunkt heraus die Arbeit gestaltet wird, hängt von der Problemstellung ab, vom eigenen Wissen und der therapeutischen Inspiration. Wie die Gesprächsarbeit gestaltet wird, welche Fragen gestellt werden, welche Methode für die entsprechende Situation gewählt oder entworfen wird, ist abhängig vom eigenen Können und den Ressourcen, über welche die KlientInnen verfügen. Das Ganze ist ein künstlerisch inspirativer Prozess, welcher in jedem Moment in Abstimmung mit dem einzelnen Menschen bewusst gestaltet und ergriffen wird.

Das Berufsprofil der Biographie- und GesprächsarbeiterInnen

Biographie- und GesprächsarbeiterInnen sind Personen, die es zu ihrer professionellen Tätigkeit gemacht haben, anderen Menschen aus einem Verständnis der Ganzheit (wie oben beschrieben) ihres Lebens heraus zu helfen, mittels ihres eigenen, selbständigen, gesunden Menschenverständes, ihrem Ich heraus entsprechende Entscheidungen zu treffen, darüber zu reflektieren und adäquate Lernprozesse anzugehen (Selbstreflexion und Selbstregulation).

Sie sind also Spezialisten in Bezug auf das Herstellen einer Ganzheit bzw. das Verstehen und Reflektieren einzelner Situationen in einem Gesamtzusammenhang, in dem der Mensch als Wesen sich selbst erkennt und *aus* der Evolution und *in* der Evolution gestaltet.

Damit gliedert sich die Tätigkeit des/der Biographie-Arbeiters/Arbeiterin in drei Teile:

- Ein erster Teil ihrer beruflichen Arbeit beruht darauf, einen helfenden Prozess in Bewegung zu setzen, der ein Reflektieren des Lebens in seiner Ganzheit, unter Einbeziehung von übergeordneten (geisteswissenschaftlichen) Gesichtspunkten.
- Ein zweiter Teil besteht darin, den Hilfesuchenden dabei zu unterstützen, diese Fähigkeit selbst zu erlangen.
- Ein dritter Teil sucht, den hilfesuchenden Menschen in seinem Leben bei der eigenständigen und verantwortungsvollen Umsetzung seiner neu gewonnenen Einsichten zu begleiten und zu bestärken.

Der/die BiographiearbeiterIn zeichnet sich durch „Multiprofessionalität“ und durch „multimethodisches“ Vorgehen aus, welches nicht durch eine einschränkende Methodik umschrieben werden kann. Die Weiterbildung in der Biographie- und Gesprächsarbeit ist deshalb auch multiversitär statt universitär und interdisziplinär statt disziplinär aufgebaut.

Einsatzgebiete und Grenzen der Biographie- und Gesprächsarbeit

Biographie- und Gesprächsarbeit kann sowohl in privaten als auch in beruflichen Zusammenhängen ausgeübt werden. Ihr Einsatzbereich ist schier unerschöpflich und enthält den ganzen Bereich der menschlichen Lebensgestaltung. Er reicht vom Privatbereich (Sinnfindung, Lebenskrisen, Partnerschaft, Gesunderhaltung, etc.) über den Sozialbereich, Medizin/Pflege, Pädagogik bis hin zu Supervision, Coaching und Organisationsentwicklung in Profit- und Nonprofit- Organisationen. Biographie- und Gesprächsarbeit wirkt als Impuls kulturgestaltend resp. kulturtherapeutisch im Sinne einer bewussten „Vermenschlichung“ und „Verganzheitlichung“ der Arbeit. Sie kann überall dort einen Beitrag liefern, wo reflektierbare Prozesse, „Arbeit“ vom Menschen geleistet werden und ganzheitliches Bewusstsein darüber gewünscht ist. Ihr Gegenstand bleibt immer der gleiche: die „Arbeit“ des Menschen am Mensch sein.

Sie kann aber nicht eine *spezifische* andere berufliche Arbeit ersetzen, wie z.B. die Arbeit der Ärzte, der Mütter und Väter, Psychologen, Maltherapeuten, Bademeister, der Krankenschwestern/Pfleger etc. Wann immer eine solche Arbeit mit einem Klienten auch stattfindet, wird ein komplementär-integratives Arbeiten angestrebt werden. Biographie- und GesprächsarbeiterInnen können sowohl mit einzelnen Personen als auch mit Gruppen oder Teams arbeiten.

In vielen Berufen wird die Biographie- und Gesprächsarbeit als Ergänzung integriert. So gibt es viele Ärzte, Therapeuten, Pädagogen, Mütter etc. die eine Weiterbildung in der

Biographie- und Gesprächsarbeiten machen, um damit ihre eigene spezifische Berufstätigkeit zu bereichern. Dies ist aber, wie vorher beschrieben, von der spezifischen Biographie- und Gesprächsarbeiten zu unterscheiden. Je nachdem, welches die berufliche Grundausbildung des/der BiographiearbeiterIn ist, kann es natürliche, berechtigte Überlappungen geben.

Mein Ansatz als Dozent

- Eine bestimmte *Denkweise* und *Wissenschaft vom Menschen*: Ich gehe davon aus, dass der Mensch Erkenntnisse erlangen kann, welche es ihm ermöglichen, sich in Freiheit selbstregulierend und verantwortungsvoll in Verbindung mit seinen Mitmenschen und seiner Umwelt zu entwickeln (Freiheit und Liebe).
- Eine bestimmte **Haltung**, welche auf einer **Beziehungsdienstleistung** beruht. Dem anderen Menschen zu helfen, dem eigenen Leben gegenüber eine Forschungs- und Erkenntnishaltung zu entwickeln, um so Sinn-, Lebens- und Arbeitsfragen lösen zu können (Interesse und Liebe).
- Eine bestimmte **Systematik** und **Methodik**, welche dem Menschen mit Hilfe einer **gezielten Gesprächsführung** hilft, Erkenntnisse im realen Leben so zu handhaben, dass praktische Änderungen herbeigeführt und/oder besser bewältigt werden können (Milde und werktätige Liebe).

Meine Prinzipien

- Philosophie der Freiheit: Aktualisierung und Realisierung eines ethischen Individualismus.
Sich der Welt als Individualität gegenüberstellen können.
- Menschenbild der Anthroposophie: ganzheitliches Verständnis des Menschen.
- Salutogenese: die Forschung nach der Entstehung von Gesundheit.
- Wertschätzung und Ethik: die Würde des Menschen ist unantastbar, in gegenseitiger Wertschätzung ist jeder verantwortlich für seine Taten, sich selbst, der Menschheit und der Schöpfung gegenüber.
- Hygienisch-therapeutische Wirksamkeit: wahre, wache Begegnungen vom Ich zum Ich wecken ein Bewusstsein dafür, dass ein höheres Prinzip im Menschen wirkt. Geistige Selbständigkeit.
- Lebendiges integratives Lernen: praktische Verbindung von Wissenschaft, Kunst, sozialen und individuellen Entwicklungsprozessen. Förderung der Bewusstheit der Beteiligten und Erweiterung ihrer Fähigkeit, zu handeln.
- Verständnis vom prozesshaften Wandel über Geburt und Tod hinaus: Karma und Reinkarnation. Lernen als Selbstentwicklung in einer sich laufend verändernden Umwelt.
- Verbindung von Effektivität und Humanität: Rückbesinnung und Anknüpfen an die Realität, beruhend auf der Fähigkeit der Selbstregulation des Individuums. Selbstverantwortung und Initiative.