

Mosaiksteine des Lebens

Anregungen für lebensgeschichtliche Gespräche

Methode: Gruppengespräch/Erzählspiel

Zeit: 90 Minuten

Einleitung

Unser Leben gleicht – bildhaft gesprochen – einem unvollständigen und sich ändernden Mosaik. Im Erzählen suchen und vergewissern wir uns unserer Identität und unseres Lebenssinns. Erzählen braucht Zuhörer. Wie können wir in Pflege und Begleitung auf Erzählungen reagieren oder zum Erzählen einladen? Welche Fragen wecken bei uns selbst Erinnerungen und Besinnungen oder fördern uns persönlich?

Wir haben Fragen ausgewählt (FIEDLER 1994; DANNECKER, SCHÜTZENDORF 1993; SPECHT-TOMANN, TROPPEL 2002, BURGHEIM 2004) oder selbst entwickelt und erprobt, die zwei Erzählhaltungen ermöglichen. Es gibt Fragen, die zum episodischen Erzählen einladen. Hier werden – bildhaft gesprochen - kleine Puzzlestückchen der Erinnerungen gesichtet („Meine Geschichten“). Andere Fragen erlauben dagegen einen eher integrierenden Blick („Meine Geschichte“). Teile werden sinnvoll zusammengefügt.

Zitate

„Im Erzählen der eigenen Lebensgeschichte, im Formulieren wird das (...) Leben geformt, einer Skulptur gleich, nicht ganz fertig, eher ein Torso, der sich mit der Zeit wie beim Archäologen durch die vielen gefundenen Stückchen immer mehr ergänzt.“ (BURGHEIM 2004: 8)

„Der Vater meiner Frau sagte an diesem Abend: ‚Wir haben beide gewusst, dass ihre Zeit zu Ende geht.‘ Gesprochen haben sie nicht über den Tod. Gesprochen haben sie über das Leben.“ (BÖKE 2002: 77)

Vorschläge für die Erarbeitung

- Texte/Zitate als Einführung auswählen und vorlesen → Biografiearbeit/Lebensbilanz – Gedanken, Gedichte, Geschichten: Texte für den Einsatz im Unterricht
- Einführend Fragebeispiele als „Kostproben“ vorlesen und aktuelle Bereitschaft für die Methode abklären
- Sie bilden als Lehrkraft Gruppen mit vier bis sechs Teilnehmern. Die Gruppen sollten ungestört miteinander sprechen können, damit sie Fragen in Erzählrunden spielerisch ausprobieren können.
- Spiel-Variante 1: Als Teilnehmer wählen Sie sich die Fragen aus dem Bogen gezielt aus, zu denen Sie aus Ihrem Leben erzählen wollen.
- Spiel-Variante 2: Sie tippen blind mit einem Finger auf Fragen.
- Spiel-Variante 3: Sie zerschneiden die Arbeitsblätter zu Fragekärtchen und ziehen sich die jeweilige Frage aus dem Kartenhaufen.
- Spiel-Variante 4: Sie nehmen ein Mensch-ärgere-dich-nicht-Spiel und ordnen Fragen bestimmten Feldern zu. Wer würfelnd mit seiner Figur auf seinem „Lebensweg“ auf das Feld kommt, ist eingeladen zu erzählen.

- Wer mag, kann je nach Variante erzählen oder sich mit seiner Geschichte „einklinken“. Sehr wichtig: Kein Erzählzwang! Kein Rechtfertigungsdruck! Jede Frage kann einfach zurück- oder weitergegeben werden. Vermeiden Sie möglichst Diskussionen, sonst geht das Mosaiksteinchen der Erzählung in einer allgemeinen Plauderei verloren. Sie können auch vorweg vereinbaren, ob auch andere aus der Gruppe zu gezogenen Fragen erzählen dürfen. Lassen Sie sich und den anderen beim Erzählen Zeit nach dem Motto von Erich Kästner: „Nur die Erinnerungen haben Geduld mit uns. Besonders dann, wenn wir mit ihnen Geduld haben!“

Impulse für die Integration

- Welche Fragen finden Sie anregend? Worüber haben Sie gerne erzählt? Mit welchen Fragen konnten Sie nichts anfangen? Bei welchen Fragen wären Sie vorsichtig? Welche würden Sie in Pflege und Begleitung von Menschen grundsätzlich nicht stellen?
- Erfinden Sie selbst weitere Fragen!
- Welche Gelegenheiten ergeben sich im pflegerischen Alltag, um Lebensgeschichtliches zu erfahren?

Weiterführung

Probieren Sie doch die Fragen als Spiel im vertrauten Familienkreis aus!


Lernziele


- Die Teilnehmer lernen sich untereinander mit ihren persönlichen Seiten kennen.
- Die Teilnehmer reflektieren über ihr Erzählen und im Zuhören eigene Lebensgeschichte(n).
- Die Teilnehmer haben ein Repertoire erprobter Impulse für lebensgeschichtliche Gespräche.
- Die Teilnehmer spüren und schätzen aus eigener Erfahrung ein, welche Fragen sie selbst zum Erzählen anregen, welche besonderes Vertrauen brauchen und welche nicht oder nur vorsichtig gestellt werden sollten.
- Die Teilnehmer können selbst Fragen für Gespräche im Rahmen der Biografiearbeit kreieren.

Fragen

 Wissen Sie, wer Ihren Namen ausgesucht hat und warum?	Wie sind Sie bisher mit Ihrem Namen zurechtgekommen? Hatten Sie einen Spitznamen?	Was ist Ihre vielleicht früheste Kindheitserinnerung?
Was wissen Sie über Ihre Geburt? Was haben Ihnen Ihre Eltern dazu erzählt?	Welche Vorbilder hatten Sie in Ihrer Jugend?	Welche Träume Ihrer Jugend haben sich erfüllt?
Wie haben Sie Ihre Ausbildungszeit erlebt? War der erlernte Beruf Ihr Traumberuf?	Wenn Sie einen Beruf frei hätten wählen dürfen: Welchen hätten Sie erlernt?	Was war ein besonders schönes Erlebnis vor dem 30. Lebensjahr?
Welches Musikinstrument hätten Sie vielleicht gerne erlernt?	Wie hat sich das Bild Ihres Heimatortes verändert?	Wer oder was hat Sie geprägt?
Was haben Sie als Kind überhaupt nicht gemocht?	Heiteres, Kurioses, Lehrreiches: Welche Anekdote oder kleine Geschichte aus Ihrem Leben fällt Ihnen ein?	Gibt es für Sie wichtige Erbstücke oder Erinnerungsstücke?
Wie haben Sie Ihren ersten/letzten Schultag erlebt?	Können Sie sich an Streiche erinnern?	Welches Schulfach hat Ihnen am meisten Spaß gemacht?
Wissen Sie noch, wie die Kinder hießen, mit denen Sie als Kind am meisten gespielt haben?	Können Sie sich an Ihren ersten Tanzpartner erinnern?	Welches Schulfach hat Ihnen am meisten Spaß gemacht?

 Welche Menschen waren in Ihrer Kindheit oder Jugendzeit besonders „gut“ zu Ihnen?	Hatten Sie als Kind eine Puppe oder einen Bären? Wissen Sie noch den Namen?	Was haben Sie als Kind/in Ihrer Jugendzeit am liebsten gespielt?
Wann haben Sie sich das erste Mal wirklich erwachsen gefühlt?	Was haben Sie gerne gegessen?	Was war in Ihrer Kindheit/Jugendzeit alles verboten?
Was für ein Mensch war Ihr Vater/Ihre Mutter? Welche typischen Eigenschaften hatten sie?	Gab es Märchen oder Geschichten in Ihrer Kindheit?	Welche Sprüche konnten Sie gar nicht leiden?
Welche Hochzeitsbräuche gab es zu Ihrer Zeit?	Wenn Sie einem jungen Menschen einen Rat geben sollen: Was würden Sie ihm mitgeben?	Fällt es Ihnen leicht, etwas zum Sperrmüll zu geben?
Wenn Sie von einem jungen Menschen gefragt werden, warum es sich lohnt, älter zu werden: Was würden Sie ihm antworten?	Was bedeutet Ihnen die Natur?	Wo ist für Sie Ihre Heimat?
Haben Sie in den letzten Jahren „neue Seiten“ an sich entdeckt? Wenn ja: welche?	Welche Talente konnten Sie in Ihrem Leben ausleben? Von welchen wissen vielleicht nur wenige?	Erinnerst Sie jemand aus unserer Runde an jemanden aus Ihrer Familie?
Wofür sind Sie dankbar?	Mit welchen Gefühlen feierten Sie Ihren letzten Geburtstag?	Welcher Geburtstag war für Sie in Ihrem Leben besonders wichtig?

 Gab es letzte Woche einen besonderen Augenblick, einen „Lichtblick“ in Ihrem Leben?	Wenn Sie Ihrem bisherigen Leben wie für ein Lied einen Titel wählen sollen: wie würden sie nennen?	Von welche Gewohnheiten oder Ticks wissen Sie, dass sie Ihre Umgebung etwas nerven?
Was war die vielleicht schönste Zeit in Ihrem Leben?	Was war das vielleicht Beste, das Sie jemals getan haben?	Was waren wichtige Wendepunkte in Ihrem Leben?
Was ist jetzt für Sie die längste Zeit des Tages? Was denken und fühlen Sie in dieser Zeit am meisten?	Was war das Beste, was Ihnen jemals widerfahren ist?	Welche Menschen sind Ihnen besonders wichtig?
Welche ist für Sie die schönste Jahreszeit? Warum?	Wie stehen Sie zu der Aussage: „Besser, geliebt und verloren als niemals geliebt zu haben“?	Welcher Baum wären Sie? Wie sehe dieser Baum aus? Gibt es Früchte?
Wenn Sie hören könnten, was Ihre Freunde/Angehörige über Sie sagen: Was würden Sie am liebsten hören? Und was am liebsten nicht?	Wie sähe Ihr Leben bisher als Landschaft aus?	Was war in letzter Zeit eine wichtige Bekanntschaft für Sie?
Auf welche Weise sind Sie in Ihrem Leben, als Kind, als Jugendliche/r, als Erwachsene/r, jetzt der oder die gleiche geblieben? Und wie haben Sie sich andererseits in diesen Phasen verändert?	Wie sähe Ihr bisheriger Lebensweg als Straße aus? Durch welche Landschaft würde sie führen?	Wo haben Sie im Leben Pech gehabt?

 Was denken Sie: Gibt es noch etwas, was Sie in Ihrem Leben noch lernen müssen?	Wie sehen Sie Ihre Zukunft? Gibt es Farben dafür?	Welche Menschen liegen Ihnen besonders am Herzen? Wissen das diejenigen? Haben sie es Ihnen gesagt?
Gibt es eine Entscheidung in Ihrem Leben, die Sie heute anders treffen würden? Können Sie sich das verzeihen?	Wenn Sie von jemandem um einen Rat gebeten werden, auf was es im Leben ankommt: Was würden Sie diesem Menschen sagen?	Über was können Sie lachen?
Was hilft Ihnen, wenn es Ihnen schlecht geht?	Gibt es ein Lebensmotto, dem Sie gefolgt sind?	Über was haben Sie zuletzt gelacht oder geschmunzelt?
Was würden Freunde sagen, ist Ihre Stärke?	Was bedeutet „Glaube“ für Sie?	Welchen verstorbenen Menschen fühlen Sie sich nahe?

A large grid of 18 empty rectangular cells, arranged in 6 rows and 3 columns. A small scissors icon is located in the top-left corner of the grid, indicating where to cut out the sheet.