

Anja Mannhard

Ausfüllbuch: Biografiearbeit
für Erzieherinnen und Erzieher

Der Lebens- spur folgen



HERDER 

FREIBURG · BASEL · WIEN

Inhalt



Einleitung: Willkommen auf Ihrer Lebensspur!	4
--	---

1 DER EINFLUSS DER EIGENEN BIOGRAFIE

AUF DIE PÄDAGOGISCHE ARBEIT. 6

Glücksmomente	8
Zeit „verlieren“	8

2 BIOGRAFISCHE FRAGMENTE SAMMELN. 9

2.1 Kopfkino: Storys in Your Mind	9
Mein Leben ruft!	10
2.2 Das Resonanzgesetz	11
Das Denken trainieren	11
Meine Helfer	12

3 LEBENSPHASEN ERINNERN UND ERKUNDEN 14

3.1 Meine Kindheit	14
In der Erinnerung meiner Kindheit.	14
Einladung für den Held/die Heldin meiner Kindheit	23
Meine Traumlandschaft	24
Als das Kind Kind war	25
3.2 Meine Jugend	26
In der Erinnerung meiner Jugend	27
Wut in der Kiste.	29
Mut-mach-Tricks.	30
Mein Platz für Traurigkeit	32
Trost-Stein(e)	33
Glücksgefühle	33
Mein Glück vermehren	34
Meine erste große Liebe	35
Was bedeutet Lernen für mich?	36
Das wollte ich werden	36
Glaubenssätze identifizieren	38
Negative Glaubenssätze loslassen und positive einladen	42
Meine neuen Glaubenssätze	44





3.3 Im Erwachsenenalter	44
Schatten- und Sonnenkind	45
Stärkung des Erwachsenen-Ich	48
Positive Suggestionen	50
„Die Quelle in mir“	51
Schlüssel zur Selbstliebe	52

4 MEINE (NEUEN) WEGE 55

„Sei in dir“	55
4.1 Mein Lebenssinn in meiner Arbeit	56
Meine Tätigkeit als Erzieherin bzw. Erzieher	57
Mein kreatives Pensum	58
Meine größte Veränderung	60
4.2 Werden Sie die Frau/der Mann Ihres Lebens	61
Meine Tagesdosis an Bedeutung	61
4.3 Letzte Fragen	62

LITERATUR 63

ANHANG 64



Willkommen auf Ihrer Lebensspur!

Liebe Leserin, lieber Leser,

Sie möchten sich selbst und Ihre persönliche Geschichte besser kennenlernen? Möchten wissen, was Ihre Biografie mit Ihrem Arbeitsleben zu tun hat? Sie wünschen sich bewusste und freiere Entscheidungen? Biografiearbeit hilft, uns selbst und unsere Umwelt besser zu verstehen. Wir können unser vergangenes und jetziges berufliches und persönliches Handeln mit unseren neuen Ideen, Fantasien und Zielen in Einklang bringen. Und wir lernen, die richtigen Fragen zu stellen, über mögliche Antworten nachzudenken und neue Wege zu beschreiten.

Mit Kindern zu arbeiten lässt immer wieder Erinnerungen an die eigene Kindheit und die damaligen Erfahrungen in uns anklingen. Daraus haben sich innere biografische Leitbilder entwickelt, die unsere Wahrnehmung und unser Verhalten – und nicht zuletzt auch unsere Entscheidungen – beeinflussen. Je mehr wir, zum Beispiel durch den Austausch im beruflichen Umfeld, die biografischen Leitbilder in ihrer Individualität und Vielfalt reflektieren und erkennen, welche Auswirkungen sie auf unser Handeln haben, desto bewusster können wir Entscheidungen treffen und selbstbestimmter agieren. Durch die Kommunikation mit anderen über unsere individuell verschiedenen biografischen Leitbilder sehen wir auch die Vielfalt der Familien und Kinder, mit denen wir arbeiten, und deren Geschichten nochmal anders. Die Entwürfe der eigenen biografischen Leitbilder werden durch die Kommunikation immer wieder „überarbeitet“. Diese Interaktion muss jedoch nicht nur dialogisch, sondern kann auch mit und in uns selbst stattfinden.





Ich male und stelle dabei fest, dass die Bilder, die ich im Laufe der Jahre mehrfach übermalt habe, sodass die unteren Schichten noch in Akzenten erkennbar sind, die besten werden. Sie haben eine andere Tiefe und wirken durch die vielfältigen Schichten interessanter und aussagekräftiger. Der Schriftsteller Rainer Maria Rilke drückte dies im Bild der Lebensringe eines Baumes aus: „Ich lebe mein Leben in wachsenden Ringen.“ Biografiearbeit nimmt heutzutage in der Ausbildung sowie Fort- und Weiterbildung von Erzieherinnen und Erziehern einen wichtigen Stellenwert ein. Und diese Selbstreflexion kommt auch der Arbeit mit den Kindern zugute.

Folgen Sie dem Weg dieses Buches mit einer offenen Leichtigkeit und erforschen Sie die Texte, Fragen und Übungen spielerisch – vielleicht werden Sie mit einer vertieften Erkenntnis über sich selbst und ungeahnten Überraschungen belohnt. Vertrauen Sie sich selbst. Wenn bestimmte Fragen keine besonderen Ideen auslösen, gehen Sie im Buch einfach weiter und suchen nach dem, was Sie anregt und im positiven Sinne herausfordert. Wenn Sie spüren, dass Sie Übungen ablehnen, vertrauen Sie Ihrem Gefühl. Gehen Sie achtsam vor und schauen Sie nach dem, was Ihnen gut tut.

Ihre
Anja Mannhard





I Der Einfluss der eigenen Biografie auf die pädagogische Arbeit

**DIE MEISTEN MENSCHEN LEGEN IHRE KINDHEIT AB WIE EINEN ALTEN HUT.
SIE VERGESSEN SIE WIE EINE TELEFONNUMMER, DIE NICHT MEHR GILT.
FRÜHER WAREN SIE KINDER,
DANN WURDEN SIE ERWACHSENE,
ABER WAS SIND SIE NUN?**

NUR WER ERWACHSEN WIRD UND EIN KIND BLEIBT, IST EIN MENSCH.

Erich Kästner

Erzieherinnen und Erzieher haben meist ein inneres Bild von ihrem bisherigen Lebensverlauf, und manchmal entscheiden sie sich aufgrund dessen auch für diesen Beruf. Unsere Erfahrungen fließen in das Bild ein, das wir von den Kindern und ihren Familien, mit denen wir arbeiten, haben. Sie beeinflussen unsere Wahrnehmung und unser berufliches Handeln. Die inneren Bilder wirken sich auch auf unsere (beruflichen) Entscheidungen aus.

Maria K. wächst zusammen mit ihrem jüngeren Bruder auf, der eine Körperbehinderung hat und mit dem sie eng verbunden ist. Ihre Mutter ist aufgrund einer schweren Erkrankung längere Zeit stationär in Behandlung, der Vater beruflich stark gefordert. Deshalb kümmert sich Maria fürsorglich um ihren Bruder, auch dann, als es um die Wahl einer geeigneten Kita für ihn geht.

Heute arbeitet Maria K. als Erzieherin in einer inklusiven Kita. Die Eltern eines vierjährigen Jungen mit einer Körperbehinderung haben sich bei der Leiterin der Einrichtung über Maria beschwert. Die Erzieherin gebe ihnen in Entwicklungsgesprächen ungefragt Hinweise, was sie in der Erziehung des Jungen verändern sollten. Die Eltern meinen, dass Maria K. sich zu sehr in ihre familiären Angelegenheiten einmischt. Erziehungsfragen in der Familie seien ihre persönliche Entscheidung, die sie nicht ständig mit einer Erzieherin diskutieren und in Abrede stellen lassen möchten.

Durch einen bewussten und reflektierten Umgang mit der eigenen Biografie können wir selbstbestimmter und transparent arbeiten. Wer seine eigene Geschichte reflektiert und aus ihr lernt, kann tiefere Perspektiven für die pädagogische Arbeit entwickeln. Wir erinnern uns, wir denken über unser bisheriges Leben nach, wir hinterfragen und entdecken verschiedene Gefühlslagen. Wir kön-



nen bisherige Einschätzungen und Bewertungen auf den Prüfstand stellen und in einen fachlichen Austausch treten. Wir können Neubewertungen und alternative Perspektiven beruflichen Handelns finden.



Biografiearbeit ermöglicht einen Perspektivenwechsel – vor allem dann, wenn wir auch versuchen, die Sichtweisen unserer Kolleginnen und Kollegen einzunehmen. Wir können die verschiedenen Bilder, die wir uns von den Kindern und ihren Familien, mit denen wir arbeiten, gemacht haben, diskutieren. Wenn wir deren Geschichten kennenlernen, können wir die Grundbedürfnisse der Familien besser einschätzen. Im interkulturellen Kontext ist diese sensibilisierte Wahrnehmung besonders wichtig, denn es gilt, den kulturellen und persönlichen Hintergrund der Familien und deren Geschichte wertschätzend in die pädagogische Arbeit einzubinden. Dabei schauen wir nicht nur nach Unterschieden und respektieren diese, sondern auch nach Gemeinsamkeiten. Das Wohl der Kinder ist die Schnittmenge zwischen Eltern und pädagogischen Fachkräften – und die tragende Basis der Arbeit.

Eine weitere Chance von Biografiearbeit ist das Entdecken von Ressourcen: die aus der eigenen Geschichte sowie die der Kinder und ihrer Familien. In einer Kita treffen unterschiedliche Familien, manchmal auch aus einem belastenden Kontext, wie zum Beispiel Fluchterfahrung, zusammen. Aus der Resilienzforschung weiß man, dass manche Kinder trotz schwieriger Herkunftsgeschichte eine erstaunliche Widerstandskraft aufweisen. Wer aus seiner eigenen Geschichte große Herausforderungen kennt, kann erkennen, wie er sie bewältigt hat und zu dem Menschen wurde, der er heute ist. Erzieherinnen und Erzieher können so auch die Kinder im Hinblick auf ein positives Selbstkonzept und persönliche Stärken unterstützen. In der Aus- und Weiterbildung von pädagogischen Fachkräften wird heute die eigene Identitätsentwicklung und Biografie in den Kontext beruflichen Wirkens gesetzt, und „biografisches Lernen“ ist dabei der Schlüsselbegriff (vgl. Lattschar & Wiemann 2018, S. 23ff.).

Wer in einem pädagogischen Beruf tätig ist, kann sich das Zitat von Erich Kästner (siehe Seite 6) vor Augen halten. Es ist wichtig, sich (und andere) zu fragen, wer und wie man als Kind und in der Jugend war und wie die eigene Biografie die Entscheidung, Erzieherin oder Erzieher zu werden, und das gesamte berufliche Handeln geprägt hat und prägt. Ausgangspunkt der Erforschung sind die eigenen Kindheitserfahrungen und die Werte und Haltungen, die in der Herkunftsfamilie vermittelt wurden. Die sozialen Verhältnisse spielen eine Rolle, ob man in einer Stadt oder auf dem Land aufgewachsen ist, etc. Beim Blick in die eigene Geschichte lernt man sein Handeln und seine Entscheidungen besser kennen und verstehen, reflektiert in diesem Zusammenhang auch den Umgang mit den Kindern und Familien, mit denen man arbeitet. Will man ihnen „vorurteilsbewusst“ begegnen, ist es wichtig, über die Bewertung seiner eigenen Erfahrungen nachzudenken. Wir können positive Aspekte des eigenen Hintergrunds herausarbeiten und den Einfluss auf das berufliche Handeln erkennen. Und wir sollten kritische Aspekte reflektieren und bewusst mit ihnen umgehen, weil sie anderenfalls möglicherweise zu fehlender professioneller Distanz führen können. Wir können eine Verbindung zwischen dem, wie wir aufgewachsen sind, und dem, wie wir heutzutage beruflich mit den Kindern agieren, herstellen.



Durch Biografiearbeit reflektieren wir auch unsere bisherigen beruflichen Phasen und erweitern berufliche Optionen: Welche Ereignisse haben unser berufliches Handeln bislang am meisten geprägt? An welchen Punkten sind wichtige Veränderungen eingetreten, und nach welchen Erkenntnissen? Was war uns früher und was ist uns heute in der pädagogischen Arbeit wichtig? Weshalb sind wir an einer beruflichen Wegkreuzung in die eine und nicht in eine andere Richtung gegangen? Meist hat die eigene Geschichte keinen linearen Verlauf, sondern ist gekennzeichnet von Höhen und Tiefen, Umwegen und Sackgassen. Begegnen wir unseren Erinnerungen offen und vertrauen wir ihnen, können gezielte Fragen (neue) Bilder entstehen lassen. Wir entdecken bekannte Geschichten, aber auch das ein oder andere in einem neuen Licht.

GLÜCKSMOMENTE

Versuchen Sie, sich an Glücksmomente Ihrer Kindheit zu erinnern:

- Wann haben Sie als Kind erlebt, dass man Ihnen mit Wertschätzung und Anerkennung begegnet?
- Wann und wodurch hat sich bei Ihnen der Eindruck entwickelt, dass Sie wertvoll sind?
- Welche Glücksmomente sind dadurch entstanden?
- Wie drücken Sie heute in Ihrer Arbeit Wertschätzung für die Kinder und ihre Familien aus? Welche Glücksmomente erleben Sie miteinander?

ZEIT „VERLIEREN“

„Das Gras wächst nicht schneller, wenn man daran zieht“ sagt ein afrikanisches Sprichwort. Kinder leben in der Gegenwart und genießen, wenn man ihnen Zeit widmet. Den Zauber der Welt zu entdecken gelingt nicht unter Zeitdruck. Kinder fordern von Erwachsenen ein, dass sie sich Zeit nehmen:

- Wann haben sich in Ihrer Kindheit Ihre Eltern oder andere wichtige Bezugspersonen Zeit für Sie genommen?
- Wie gestalten Sie heute in Ihrer Arbeit die Zeit mit den Kindern?
- Können Sie sich auch mal langweilen? Langeweile ist eine wunderbare Gelegenheit, Zeit zu verlieren. Gerade mit Kindern entstehen aus ihr neue und wertvolle Gedanken und Ideen.

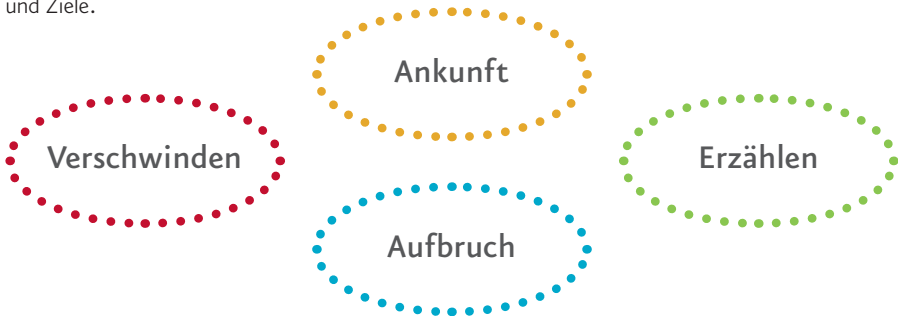
2 Biografische Fragmente sammeln



ERFORSCH. TRÄUME. ENTDECKE.

Mark Twain

Unsere Biografie setzt sich aus Teilen wie bei einem Puzzle zusammen. Die Teile wiederum fügen sich zu einem Gesamtbild. Unsere bisherige Lebenszeit und der eigene Lebensverlauf rücken immer wieder in das Zentrum unserer Betrachtung. Meistens geschieht dies aktiv in Übergangsphasen, die wichtig für uns sind und uns prägen. Wir spüren, dass eine alte Lebensphase vergangen ist und eine neue beginnt. Manchmal sind wir von einzelnen Stationen in unserem Leben verunsichert und hinterfragen, weshalb wir sie durchlebt oder vielleicht sogar in ihnen gefangen waren. Die Chancen von Biografiearbeit sind, Antworten und eine Neubewertung zu finden – vielleicht auch neue Wege und Ziele.



Biografiearbeit enthält einen Zyklus von Werden und Vergehen. Nicht nur mit der Geburt und dem Tod werden und vergehen wir. Auch binnen eines Arbeitslebens durchleben wir immer wieder Phasen von Werden und Vergehen, zum Beispiel wenn wir in eine Ausbildung eintreten und diese beenden, oder wenn wir von einer Arbeitsstelle zu einer anderen wechseln. Wir erleben also immer wieder Zyklen des Ankommens – sammeln an dieser Stelle Erfahrungen und sprechen darüber – des Aufbruchs – wenn wir eine neue berufliche Station beginnen – und des Verschwindens dieser Erfahrungen, wenn wir an einer anderen, neuen Station ankommen. Diese verschiedenen Phasen stehen in einer Verbindung und prägen unsere berufliche Biografie.



2.1 KOPFKINO: STORIES IN YOUR MIND

In der bildenden Kunst weisen Erzählmotive (sog. Narrative) eine lange Tradition auf. Literarische Vorlagen und die Darstellung historischer Ereignisse prägten und prägen die künstlerische Pro-

duktion. Geschichtenerzählen fand und findet in allen Lebensbereichen statt – entweder als eine realistische Abbildung von Geschehnissen oder als fiktionale narrative Geschichte. Das bedeutet: Die zugrunde liegenden sinnstiftenden Erzählmotive werden gefunden und nicht erfunden. Darum geht es in der folgenden Übung:

MEIN LEBEN RUFT!

Stöbern Sie in einem Fotoalbum (Alternative: in einem Kunstkatalog oder Fotoband). Wählen Sie Fotos oder Bilder aus, zu denen in Ihnen spontan Assoziationen zu Ihrer Biografie entstehen. Schreiben Sie in die nachfolgenden Zeilen zu jedem dieser Fotos oder Bilder ein Stichwort, das zu Ihrem bisherigen Leben passt:

Bild 1/Stichwort 1:

Bild 2/Stichwort 2:

Bild 3/Stichwort 3:

Bild 4/Stichwort 4:

Bild 5/Stichwort 5:

Bild 6/Stichwort 6:

Bild 7/Stichwort 7:

Bild 8/Stichwort 8:

Wählen Sie nun drei Stichworte aus. Und schreiben Sie dann frei einen kurzen Text, in dem diese Stichworte enthalten sind – unter der folgenden Überschrift: **MEIN LEBEN RUFT: AUGEN UND OHREN OFFENHALTEN!**

.....

.....

.....

.....

