



Teresa A. K. Kaya | Hans Kahlau

Praxisbuch Lebendige Biografiearbeit mit Märchen



Mit Online-Materialien

BELTZ JUVENTA

Teresa A. K. Kaya | Hans Kahlau
Praxisbuch Lebendige Biografiearbeit mit Märchen

Teresa A. K. Kaya | Hans Kahlau

**Praxisbuch
Lebendige Biografiearbeit
mit Märchen**

Mit Online-Materialien

BELTZ JUVENTA

Die Autorin/der Autor

Teresa A. K. Kaya ist promovierte Diakoniewissenschaftlerin und als Dozentin für Soziale Arbeit, im sozialen Projektmanagement und als Trainerin für Biografiearbeit tätig.

Hans Kahlau ist Gestalttherapeut, Erwachsenenbildner und Trainer für Biografiearbeit. Tätig ist er als Workshop- und Seminarleiter im kirchlichen Bildungsbereich mit Schwerpunkt Männerarbeit.



Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronische Systeme.



Dieses Buch ist erhältlich als:

ISBN 978-3-7799-6445-2 Print

ISBN 978-3-7799-5760-7 E-Book (PDF)

1. Auflage 2021

© 2021 Beltz Juventa

in der Verlagsgruppe Beltz · Weinheim Basel

Werderstraße 10, 69469 Weinheim

Alle Rechte vorbehalten

Illustrationen Innenteil: © gettyimages/Tetiana Garkusha, OnstOn, undefined undefined

Herstellung: Ulrike Poppel

Satz: text plus form, Dresden

Druck und Bindung: Beltz Grafische Betriebe, Bad Langensalza

Printed in Germany

Weitere Informationen zu unseren Autor*innen und Titeln finden Sie unter: www.beltz.de

Vorwort

„Das wunderbarste Märchen ist das Leben selbst.“ (Hans Christian Andersen)¹

Das Interesse am Menschen mit seinem individuellen Lebensweg brachte uns vor einigen Jahren zur Biografiearbeit. Immer wieder staunen wir über die heilsame Wirkung biografischen Arbeitens für die Menschen, die wir – einzeln oder in Gruppen – begleiten.

Der Begriff Biografie kommt aus dem griechischen und heißt wörtlich übersetzt „Lebensbeschreibung“. Im „Biografischen Arbeiten“ oder in der „Biografie-Arbeit“ kommt in dem Wort „Arbeit“ die aktive Auseinandersetzung zum Ausdruck und meint hier die bewusste Beschäftigung mit dem Leben eines Menschen – mit seiner ihm eigenen Biografie. Dabei blicken wir in die persönliche Vergangenheit – das dient der Lebensbilanzierung. Wir blicken aber auch in die gegebene Gegenwart – verknüpfen also das bisher Erlebte dieses Menschen mit seiner aktuellen Lebenswelt und Lebensbewältigung. Und: Wir dürfen auch einen Blick in seine Zukunft wagen, denn so, wie dieser Mensch sein Leben bisher gestaltet hat, können wir erspüren, wo seine Möglichkeiten und Stärken liegen, es auch künftig gut bewältigen zu können.

Biografiearbeit hat einen ressourcenorientierten Blick auf den Menschen. Wir arbeiten mit dem, was bereits verfügbar ist – nicht mit dem, was fehlt oder unverfügbar ist. Biografiearbeit ist immer handlungsorientiert – also keine ausschließlich theoretische oder rein philosophische Betrachtung: Sie befasst sich vielmehr konkret mit dem, was für den Menschen umsetzbar ist. Sie legt dabei die Erfahrungen der einzelnen Personen zugrunde und richtet sich an ihnen aus. Biografiearbeit hat deshalb immer auch unmittelbar mit dem Alltag des Menschen zu tun.

Grundsätzlich ist biografisches Arbeiten für Menschen in jedem Alter und in allen Lebensphasen möglich und hilfreich – also nicht auf ältere Menschen beschränkt: Rückschau, Gegenwartsbetrachtung und ein perspektivisches Nach-vorne-Schauen macht immer wieder Sinn – ganz besonders in allen Übergangssituationen.

Biografiearbeit nimmt geschichtliche, gesellschaftliche oder auch politische Umwelten des Menschen in den Blick: Denn wir sind alle Kinder unserer Zeit und Epoche. Wie jede Bildungsarbeit, so beruht auch Biografiearbeit auf

1 Dänischer Märchendichter (1805–1875).

dem Prinzip der Freiwilligkeit und Vertraulichkeit: Niemand muss irgendwas machen oder sagen, wenn er/sie es nicht möchte. Und was geschieht oder gesprochen wird, geht in keiner Weise nach außen, sondern wird vertraulich behandelt! Und deshalb gilt auch: In der Biografiearbeit gibt es keine „Themenverfehlung“. Das Preisgegebene darf seinen Platz im Raum bekommen und wird gewürdigt!

Anderen mit ihren Lebensentwürfen zu begegnen, sich auszutauschen, gibt neue Orientierung und ermutigt zu einem selbstbestimmten (eben nicht fremdbestimmten) Leben. So betrachtet ist Biografiearbeit ein wertvoller Beitrag zur Identitätsbildung eines Menschen. Jeder von uns konstruiert sich seine Wirklichkeit immer wieder aufs Neue. Die Begegnung mit anderen hilft uns, uns selbst zu finden. Oder wie Martin Buber es ausgedrückt hat: „Der Mensch wird am Du zum Ich“. Eine solche „dialogische“ Biografiearbeit fördert aus unserer Perspektive deshalb in diesen Begegnungen – ob in der Begleitung Einzelner oder im Gruppenkontext – immer auch die Toleranz und Achtsamkeit im Umgang miteinander sowie die gegenseitige Wertschätzung!

Biografiearbeit hat sich längst in vielen Bereichen der Sozialen Arbeit etabliert.² Das hat sicher mit der zunehmenden Individualisierung der Lebensentwürfe zu tun – und in der Folge mit dem Bedürfnis nach Orientierung. Wenn bekannte Lebensmodelle und bisher gültige Ordnungen ins Wanken geraten oder wenn nahezu alle Lebensentwürfe machbar sind, dann kommt oft aus Verunsicherung der Wunsch auf, das eigene Leben letztlich in ein „größeres Ganzes“ zu stellen. Die postmoderne Identität ist brüchig und fragil geworden. Hier macht Biografiearbeit den Menschen ein niederschwelliges Angebot und liefert methodische Ansätze und Handlungsmöglichkeiten. Erinnerungen werden geweckt, Gegenwärtiges neu entdeckt und Pläne für die Zukunft geschmiedet. Biografiearbeit wird damit zum Vehikel für viele Menschen, sich selbst wohlwollend gegenüberzutreten.

Als besonders wertvoll für eine lebendige Biografiearbeit haben wir den Einsatz von Märchen erfahren. Denn Märchen befassen sich mit zeitlosen – gewissermaßen archetypischen – Lebensthemen und spielen in den unterschiedlichsten Kulturkreisen seit Jahrhunderten eine bedeutende Rolle. Man darf mit Märchen an etwas Vertrautes anknüpfen und doch zugleich den Märcheninhalt ganz neu und auf das eigene (Er-)Leben beziehen!

Wir haben dieses Buch als Praxisbuch angelegt, einerseits für Gruppenleiter*innen, die gerne mit Märchen biografisch arbeiten wollen und Inspirationen für das „Wie“ suchen, andererseits für Einzelpersonen, die über Märchen einen Zugang zu ihren eigenen Lebensthemen finden wollen.

2 Entsprechend viele Methoden haben sich inzwischen entwickelt (vgl. bspw. Auer et al. 2020).

Allen Leser*innen, die zu unserem Buch gegriffen haben, um sich selbst mithilfe von Märchen mit ihrer Biografie auseinanderzusetzen, wünschen wir anregende Impulse und Möglichkeiten einer freundlichen Begegnung mit dem Auf und Ab des Lebens. Den Gruppenleiter*innen hoffen wir einen hilfreichen Fundus bereichernder Ideen an die Hand zu geben und sie für das Arbeiten mit Märchen zu begeistern.

Teresa A. K. Kaya und Hans Kahlau
Heidelberg und Ludwigsburg im Februar 2021

Inhalt

Einleitung	11
Warum gerade Märchen in der Biografiearbeit?	
Und warum diese Auswahl?	11
Für wen ist dieses Buch gedacht – und wie kann man es lesen?	12
Wie sind die Kapitel eingeteilt und wie lässt sich damit arbeiten?	13
Welche Lebensthemen finden sich in den Kapiteln?	16
Aschenputtel (Gebrüder Grimm)	
Von Trauer und Mobbing – von Mut und authentischem Leben	18
Die Bremer Stadtmusikanten (Gebrüder Grimm)	
Von wegen „ausgedient“ – aktiv neue Pfade betreten	27
Vom Fischer und seiner Frau (Gebrüder Grimm)	
Von Maßlosigkeit und ausgeglichenen Beziehungen	36
Die wilden Schwäne (Hans Christian Andersen)	
Von Glaube, Liebe und Hoffnung, starkem Familienzusammenhalt und der Kraft des Sehnsens und Suchens	44
Die Prinzessin auf der Erbse (Hans Christian Andersen)	
Von Feingefühl und weiblicher Intuition – vom äußeren Schein und den inneren Werten	54
Der Hase und der Igel (Gebrüder Grimm)	
Von Hochmut und gekränktem Selbstwert – von Wettbewerb und Bevormundung	62
Der Eisenhans (Gebrüder Grimm)	
Vom Jungen zum Mann, von der Kraft des Wilden und davon, wie hilfreich Mentoren sein können	70
Hans im Glück (Gebrüder Grimm)	
Vom Auf und Ab des Lebens – vom Loslassen und Ankommen	83

Hänsel und Gretel (Gebrüder Grimm)

Von Wahrhaftigkeit, Zuversicht und Selbstwirksamkeit 92

Zum guten Schluss 102**Anhang**Stichwortverzeichnis der Aspekte für die Biografiearbeit
aus den Märchen 105

Methodenverzeichnis 106

Hinweise zu den Online-Materialien 108

Literatur 109

Einleitung

Warum gerade Märchen in der Biografiearbeit? Und warum diese Auswahl?

Im deutschen Sprachraum sind Märchen vor allem durch die Sammlung der Brüder Grimm bekannt geworden. Die zuvor hauptsächlich mündlich überlieferten Geschichten wurden Anfang des 19. Jahrhunderts durch die Brüder Jacob und Wilhelm Grimm erstmals einem breiten Publikum schriftlich zugänglich gemacht. Sie waren zunächst nur für Erwachsene und erst später auch für Kinder gedacht. Seither sind diese als „Hausmärchen“ bezeichneten Geschichten aus kaum einer Biografie wegzudenken. Ob als Buch, Theaterstück, Motiv in Zeichentrick- oder Spielfilmen oder als Hörspiele: Märchen begleiten uns meist von Kindesbeinen an in verschiedenen Lebensabschnitten. Allein das ist schon Grund genug, Märcheninhalte für das biografische Arbeiten mit Menschen methodisch zum Einsatz zu bringen. Märchen haben eine verlässliche Struktur, wohl jede*r weiß sofort, dass es sich um ein Märchen handelt, wenn die berühmten Sätze „Es war einmal...“ und „Und wenn sie nicht gestorben sind, so leben sie noch heute.“ fallen. Häufig bestimmen – ganz wie im wirklichen Leben – herausfordernde Bewährungsproben und verhängnisvolle Lebenswendungen, wie beispielsweise der Tod der Eltern, das Leben der Protagonist*innen. Die Geschichten, wie das Leben sie schreibt, sind durchzogen von tiefgründiger Symbolik und führen in fantastische Welten, in denen Tiere sprechen können und Zauberkräfte existieren. Metaphorische Glaubenssätze und Wertvorstellungen werden darin transportiert. Das alles beflügelt die Fantasie und ergibt Stoff genug für ein kreatives biografisches Arbeiten im Rahmen von Erwachsenenbildung und Persönlichkeitsentwicklung.

Unter den Hunderten von Märchen – neben denen der Gebrüder Grimm sind beispielsweise in Deutschland auch die von Wilhelm Hauff und Hans Christian Andersen beliebt – eine Auswahl zu treffen, fiel wahrlich nicht leicht. Verschiedene Aspekte waren uns Maßstab bei der Selektion: Zum einen war uns die gute Verwendbarkeit im Kontext von Erwachsenenpädagogik, und hier besonders ein breites Themenspektrum für die Biografiearbeit mit Menschen, wichtig. Zum anderen ging es um eine gute Übertragbarkeit der Märchenthemen in die Lebenswirklichkeit von uns heutigen Menschen. Wir konnten bei der Märchenwahl aus unserer eigenen Erfahrung in der Arbeit mit Gruppen und der Einzelbegleitung schöpfen und auch auf bereits erprobte Anwendungen zurückgreifen. Ganz sicher lassen sich aber auch

noch ganz andere Märchen – auch solche aus anderen Kulturkreisen – für die Biografarbeit nutzen. Der Kreativität der Leser*innen sind keine Grenzen gesetzt.

An dieser Stelle ist uns wichtig, dass neben Märchen natürlich auch Sagen, Mythen, biblische Erzählungen, Gedichte, Dramen, Romane, Filme, Songtexte usw. viel Stoff für biografisches Arbeiten hergeben: Alles, was uns im Inneren berührt, ist Material für Biografarbeit! Wir haben uns im vorliegenden Buch jedoch vor dem Hintergrund der genannten Aspekte ganz bewusst auf den Einsatz von Märchen konzentriert.

Für wen ist dieses Buch gedacht – und wie kann man es lesen?

Wie schon im Vorwort erwähnt, richtet sich dieses Buch hauptsächlich an Übungsleiter*innen von Angeboten in der Erwachsenenbildung. Dies können Frauen- oder Männerkreise, ebenso gemischt-geschlechtliche Gesprächskreise in Arbeitsfeldern der Sozialen Arbeit sein oder andere Formate in der kirchlichen bzw. sonstigen Bildungsarbeit (z. B. VHS). Ebenso hilfreich sind die Buchinhalte für Planer*innen und Referent*innen in Familienbildungs- oder Tagungsstätten oder anderen Bildungshäusern auf der Suche nach interessanten Themenstellungen. Auch Alltagsbetreuer*innen oder ehrenamtlich Engagierten in Altenpflegeheimen kann unser Buch für die Seniorenbetreuung bei entsprechender Anpassung an die Zielgruppe wertvolle Impulse geben.

Die Inhalte können ebenso Trainer*innen, Lebensberater*innen, Therapeut*innen und Coaches/Coachinnen zur Anregung dienen, wenn sie mit ihren Klient*innen an bestimmten Lebensphasen oder Lebensthemen biografisch arbeiten. Märchen entfalten in solchen Settings im Sinne von Persönlichkeitsentwicklung schlicht oft ihren Wert an sich.

Und natürlich bieten die Buchinhalte auch all den Leser*innen hilfreiche Anregungen zur persönlichen Weiterarbeit, die sich ganz für sich selbst mit ihrer eigenen Biografie beschäftigen möchten. Dazu eignen sich zahlreiche Einzelübungen. Auch manche Gruppenmethode bietet Ansätze für die Einzelarbeit und lässt sich mit kleinen Veränderungen umgestalten.

Sie sind gerne dazu eingeladen, alle Buchkapitel chronologisch zu lesen. Es ist jedoch nicht nötig. Ganz bewusst haben wir das Buch so gestaltet, dass es als Praxisbuch genutzt – und damit gezielt aufgeschlagen – werden kann. Bei der Themensuche kann neben dem Inhaltsverzeichnis besonders das alphabetische Stichwortverzeichnis der Aspekte aus den Märchen für die Biografarbeit im Anhang hilfreich sein.

Die insgesamt 58 methodischen Ideen haben wir passend zu den Lebensthemen und Lebensfragen in den Märchen-Kapiteln ausgewählt. Sie sind

als Vorschläge zu verstehen, die je nach Zielsetzung und Setting sowie persönlichen Vorlieben anders genutzt werden können. Denn wir sind davon überzeugt, dass eine gelungene Biografiearbeit wesentlich von einer authentischen Anleitung abhängt. Die Methode muss zum Thema, zur Gruppe und vor allem auch zum bzw. zur Anleitenden passen.

Wie sind die Kapitel eingeteilt und wie lässt sich damit arbeiten?

Bewusst haben wir für die einzelnen Kapitel bei jedem beschriebenen Märchen ein immer gleiches Schema gewählt:


- Unter  „Auf einen Blick“ finden Sie das Wesentliche im Überblick, also die behandelten Themenschwerpunkte und Praxisimpulse.
- Unter „Das Märchen“ stellen wir immer eine komprimierte Fassung des Märchens voran. Diese Zusammenfassung mit unseren eigenen Worten hat unter anderem verlags- und urheberrechtliche Gründe. Deshalb empfehlen wir zur Vorbereitung unbedingt einen vergleichenden Blick in die Märchen-Originalfassung. Gerade die „typische Märchensprache“, man-



Abbildung 1: Der vergleichende Blick in den Originaltext eines Märchens lohnt sich auf jeden Fall – sowohl in der Planungsphase als auch in der Umsetzungsphase einer Biografiearbeit