

Inhalt

Vorwort 8

Einleitung: »Im Leben nichts Neues?« –

Warum Biografiearbeit heute so hilfreich ist 10

1. »Das Leben hält in seinem Lauf weder Ochs noch Esel auf.« –

Was »Biografie« alles meint 18

1.1 Biografie und Lebenslauf 19

Bilder für das Leben 20

Einstellungen zum Lebensverlauf 25

Lebensgeschichte und Lebensgeschichten 28

Lebenslauf-/Biografieforschung und Biografische Methode 30

1.2 Lebensalter und Lebensphasen 31

Kindheit 31

Jugend 33

Frühes und mittleres Erwachsenenalter 36

Alter 38

1.3 Biografiearbeit und Biografische Kompetenz 42

Anregungen zum 1. Kapitel: Selbstständig lernen und miteinander lernen 47

2. »Das Gleiche ist nicht immer das Gleiche

und schon gar nicht dasselbe.« – Was man wissen sollte,
wenn man sich mit Biografie(n) beschäftigt 59

2.1 Erinnern und Erzählen 59

2.2 Gehirn und Gedächtnis 66

2.3 Generation und Geschichte 71

2.4 Gesundheit und Sinn 76

2.5 Altern und Entwicklung 79

2.6 Kritische Lebensereignisse und Übergänge 81

Anregungen zum 2. Kapitel: Selbstständig und miteinander lernen 91

3. »Erstens ist es anders, zweitens als man denkt.« – Wie man Biografie(n) deuten kann	95
3.1 Deutungsmuster und Konstruktivismus	96
3.2 Lebenswelt	99
3.3 Identität	101
3.4 Ressourcen und Kompetenzen	102
Anregungen zum 3. Kapitel: Selbstständig und miteinander lernen	104
4. Die Fäden in meiner Hand – Wie man genauer auf Biografie(n) schauen kann	106
4.1 Die soziale Biografie	107
4.2 Die Kultur-Biografie	111
4.3 Die Natur-Biografie	116
<i>Unsere eigene Natur: der Körper</i>	116
<i>Die Natur um uns herum</i>	118
4.4 Die Mytho-Biografie	119
4.5 Die Lern- und Bildungsbiografie	122
4.6 Die Persönlichkeits-Biografie	126
4.7 Geschlechtsspezifische Aspekte	130
Anregungen zum 4. Kapitel: Selbstständig und miteinander lernen	133
5. Erinnern – Entdecken – Entwerfen – Was Biografiearbeit außer Rückschau noch ist	141
5.1 Lebensbilanz und Lebensrückblick	142
5.2 Lebensbewältigung und -veränderung	145
<i>Neu anfangen</i>	151
<i>Wahrnehmen und Genießen</i>	152
<i>Verabschieden und Loslassen</i>	153
<i>Veränderungen Raum geben</i>	156
5.3 Lebensplanung und Leben entwerfen	160
<i>Emotionale Aspekte der Zukunftsplanung</i>	162
<i>Kognitive Überlegungen für die Lebensplanung</i>	163
<i>Handlungsorientierte Aspekte der Lebensplanung</i>	167
<i>Sterben, Tod und wie damit leben?</i>	168
5.4 Ermutigung	170
Anregungen zum 5. Kapitel: Selbstständig und miteinander lernen	172

6. Mit Mut und Methode –

Wie man Biografiearbeit gestalten kann 182

6.1 Biografische Methoden 182

Methoden der Biografiearbeit 182

Biografische Projekte 185

Biografien als Lernmittel 186

6.2 Biografische Kommunikation 186

Erzählen 187

Zuhören 189

Steuerung biografischer Kommunikation 191

Problematische Situationen in der biografischen Kommunikation 192

6.3 Der Biografiearbeiter / die Biografiearbeiterin 194

Anregungen zum 6. Kapitel: Miteinander lernen 196

7. »Biografie ist überall.« –

Wo Biografiearbeit angewendet wird 198

7.1 Innerhalb der Pädagogik 198

Kinder- und Jugendarbeit 199

Erwachsenenbildung 200

Altenbildung/-arbeit 202

Arbeit mit behinderten Menschen 204

In der Sozialpädagogik 204

In der Beratung 204

7.2 Außerhalb der Pädagogik 205

Seelsorge 206

Pflege 206

Anregung zum 7. Kapitel: Miteinander lernen 209

8. Zum Abschluss 210

Anmerkungen 211

Literatur und Medien 216