

Die biografische Perspektive auf das private und berufliche Leben

Die Passung von persönlicher Lebenssituation und beruflichem Engagement finden

26.01.2018

Was unterscheidet „Biografie“ von „Lebenslauf“ und „Lebensgeschichte“?

Die meisten Menschen müssen irgendwann ihren „Lebenslauf“ (auch CV, curriculum vitae) zusammenstellen, sei es für Bewerbungen oder andere Anlässe, bei denen der eigene Werdegang in chronologischer Reihenfolge sichtbar gemacht werden soll. Dabei handelt es sich in der Regel um eine Aufstellung der wichtigen äußeren Daten: Geburtsjahr, schulische und berufliche Stationen, Familienstand, eventuell besondere Fähigkeiten und Interessen. Der Lebenslauf richtet sich an Dritte, etwa an Arbeitgeber*innen, d.h. er steht ganz überwiegend in einem beruflichen Kontext.

Von „Lebensgeschichte“ spricht man, wenn diese äußeren Daten des eigenen Lebens in Erzählungen ihres Kontextes eingebettet werden. Die erzählende Person schildert also ihr Leben aus ihrer subjektiven Sicht. Dabei kommen neben äußeren Ereignissen auch innere Beweggründe, individuelle Gewichtungen und Deutungen zur Sprache. Die Person stellt ihr Leben so dar, wie es für sie selbst erscheint, wie sich für sie Sinnzusammenhänge ergeben und wie sie den „roten Faden“ ihres Lebens sieht. Was und wie erzählt wird, verdankt sich der subjektiven Auswahl und damit einer konstruktivistischen Perspektive – erzählt wird „meine eigene Wahrheit“. Im Unterschied zum Lebenslauf zeichnen sich Lebensgeschichten durch Emotionalität und Bewertung aus. Adressaten der Lebensgeschichte können Dritte sein (werden diese

Workshop „Der Beruf in meiner Biografie“, 26. – 28.4.2018 in der GAB München

1 Vorabendtreffen und 2 Seminartage. 550,- EUR je Person.

Anmeldung: www.gab-muenchen.de/der-beruf-in-meiner-biografie

Warum befassen wir uns mit der biografischen Perspektive unter dem besonderen Blickwinkel von Arbeit und Beruf? Diese sind das Lebensfeld, das bei den meisten Menschen während einer sehr langen Lebensspanne den größten Raum einnimmt – schon rein zeitlich, aber auch aufgrund der Bedeutung für Sinn, Selbstverwirklichung, finanzielle Absicherung, soziale Beziehungen, gesellschaftliche Verankerung... Hinzu kommt, dass sich die Beziehung von Menschen zu Arbeit und Beruf im Lauf des Lebens verändert. Das hängt nicht nur mit der Dynamik der Arbeitswelt zusammen, sondern vor allem auch mit der eigenen Entwicklung. Berufliche Wünsche und Perspektiven sollen „mitwachsen“ können. Da die üblichen Formen von Arbeitsorganisation und Arbeitsgestaltung diesem Interesse häufig nicht entsprechen, ergeben sich berufliche Krisen, sei es, dass man sich an seiner Arbeitsstelle nicht mehr angemessen, sondern über- oder unterfordert fühlt, sei es, dass sich das Gefühl meldet, man müsse eine berufliche Neuorientierung vornehmen – oder eine bessere work-life-balance schaffen u.v.m.

In diesen Krisen geht es darum, eine neue Passung zwischen persönlichen Zielen, Werten, Potenzialen, biografischer Situation und den realen Arbeitsbedingungen zu schaffen. Diesen Prozess unterstützt das Seminar „Der Beruf in meiner Biografie“ durch vielfältige methodische Wege so weit, bis die einzelne Person den nächsten Schritt für sich identifiziert hat.

Lebenserinnerungen schriftlich veröffentlicht, spricht man üblicherweise von „Biografie“, obwohl dieser Begriff nach unserem Verständnis nicht ganz zutreffend ist, s.u.), die Person kann sich jedoch auch selbst ihre Lebensgeschichte vor Augen führen, zum Beispiel, um sich über bestimmte Fragen klar zu werden.

Unter „Biografie“ verstehen wir ein Gesamtbild, das Aspekte der bisher genannten Begriffe einschließt, jedoch darüber hinausgeht. Wörtlich übersetzt bedeutet der griechische Begriff „das dem Leben Ingeschriebene“. Mitunter wird Biografie auch „die Zeitform der Persönlichkeit“ genannt. Sie bildet die Gesamtgestalt eines menschlichen Lebens und weist charakteristische, unterscheidbare Phasen aus, die sich jedoch nicht aus äußeren Ereignissen ergeben, sondern bestimmte Qualitäten beschreiben, die die jeweilige Phase kennzeichnen.

Schon im Altertum wurden solche Phasen unterschieden; so kannten etwa die alten Griechen zehn sog. Hebdomaden, also Sieben-Jahres-Abschnitte. Eine chinesische Weisheit besagt: Der Mensch hat zwanzig Jahre, um zu lernen, zwanzig Jahre, um zu kämpfen, und zwanzig Jahre, um weise zu werden. Auch die Entwicklungspsychologie kennt qualitative Phaseneinteilungen, beispielsweise nennt Charlotte Bühler (1893 – 1974): „Anfangsphase“ (0 bis 15 Jahre), „Suchen und Ausprobieren“ (15 bis 25 Jahre), „Der endgültige Weg“ (25 bis 45 Jahre), „Höhepunkt“ (45 bis 55 Jahre) und „Bilanz ziehen und Rückzug“ (ab 55 Jahren). Empirische Untersuchungen von Donald E. Super (1910 – 1994) bezogen sich insbesondere auf die berufliche Biografie und fanden die Phasen Wachstum/growth (Geburt bis ca. 14/15 Jahre), Erforschen, Erkunden/ exploratory (15 bis 24 Jahre), Etablierung/ establishment (15 bis 44 Jahre), Aufrechterhaltung/ maintenance (45 bis 65 Jahre), Rückzug/decline ab 64 Jahren. In unserer Arbeit nutzen wir zahlreiche weitere biografische Phasenmodelle.

Die spezifischen Qualitäten der jeweiligen Phasen ergeben sich aus den typischen, beobachtbaren und erfahrbaren Veränderungen, die Menschen in einem bestimmten Alter erleben. Ein wohl allen bekanntes Beispiel ist die Phase der Pubertät, die sich zwar an äußeren Entwicklungsmerkmalen feststellen lässt, jedoch weit darüber hinausgehend geprägt ist von Aufbegehren gegen Autoritäten und der Suche nach der eigenen Identität. Auch kann jeder Mensch erleben, dass sich seine Art, Dinge zu sehen und zu agieren, im Verlauf des Lebens verändert, dass man sich in bestimmten Altersphasen mit Fragen auseinandersetzt, die zuvor nicht oder nicht in diesem Ausmaß aufgetreten waren, und dass sich die eigenen Fähigkeiten mit dem Älterwerden verändern. Dies

scheint zunächst einfach damit zusammenzuhängen, dass man eben immer mehr Erfahrung bekommt. In der biografischen Perspektive jedoch wird deutlich, dass dies als Erklärung zu kurz greift. In jahrzehntelanger Arbeit mit unterschiedlichsten Gruppen zeigte sich immer wieder, dass es jenseits aller individuellen Ausprägung offenbar spezifische Phänomene gibt, die bei allen Menschen in einem bestimmten Lebensabschnitt auftreten.

Dies ist ein wesentliches Merkmal der biografischen Perspektive: sie fragt nach dem, was über-individuell menschliches Leben charakterisiert – ohne dass diese biografischen Gesetzmäßigkeiten das Individuelle im Voraus festlegen. Mit einem Vergleich: obwohl alle Menschen ein Gesicht mit einer Nase, zwei Augen usw. haben, ist die Erscheinungsform bei jeder einzelnen Person höchst individuell, ja einmalig. Die überindividuellen Charakteristika der biografischen Phasen zu kennen, kann höchst hilfreich und auch entlastend sein. In unserer Arbeit, insbesondere bei den Seminaren „Der Beruf in meiner Biografie“, erarbeiten wir auf Basis der Erfahrungen der Teilnehmenden gemeinsam, was in den einzelnen Phasen erlebt wird, welche Herausforderungen zu bestehen sind, welche neuen Fähigkeiten und Orientierungen den Einzelnen jeweils zugewachsen sind und wie sich der Übergang von einer in die nächste Phase gestaltet. Dabei zeigt sich regelmäßig eine große Erleichterung bei den Teilnehmenden. Was sie bisher als persönliches „Problem“ gesehen hatten, wird erkennbar als eine Art Gesetzmäßigkeit: aha, das kommt offenbar bei allen in einem bestimmten Alter vor. Und es wird deutlicher, welcher Gewinn in durchgestandenen Krisen liegt und wie notwendig diese für die persönliche Weiterentwicklung waren. Auch wird das „dialektische Verhältnis“ von Lebensphase und Lebensganzen erlebbar: „Jede Phase ist ein Eigenes, das weder aus der vorausgehenden noch aus der folgenden abgeleitet werden kann. Andererseits ist jede Phase aber ins Ganze eingeordnet und gewinnt ihren vollen Sinn nur, wenn sie sich auch wirklich auf es hin auswirkt.“ (Romano Guardini, Die Lebensalter. Mainz 2004, S. 13f).

Zum Weiterlesen:

Munz, Claudia (2005): Berufsbiografie selbst gestalten. Wie sich Kompetenzen für die Berufslaufbahn entwickeln lassen. Bielefeld (Bd. 2 der GAB-Reihe „Beiträge zu Arbeit – Lernen – Persönlichkeitsentwicklung, 2. Aufl.).
www.gab-muenchen.de/buecher

Claudia Munz, GAB München