

# „Lebensgeschichten verstehen“

SICH SELBST VERSTEHEN - KINDER ACHTSAM BEGLEITEN

## Agenda

- Wahrnehmung und Wirklichkeit
- Bilder von Kindheit
- Die innere Landkarte
- Glaubenssätze und Prägungen
- Biografiearbeit verstehen
- Persönliche Reflexion
- Transfer in den Familienalltag
- Abschluss & Impuls für zuhause

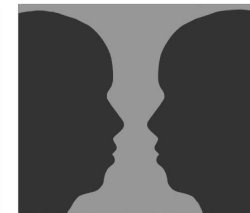
Warum reagieren Menschen  
im Umgang mit Kindern so unterschiedlich –  
selbst in ähnlichen Situationen?

## Was sehen Sie?

Welche Tiere gleichen ein-  
ander am meisten?



Kaninchen und Ente.



## Was sehen Sie?

Hase oder Ente / alte Frau vs. junge Frau / Gesichter vs. Vase

- Sehen alle dasselbe?
- Warum sehen manche etwas anderes?
- Können beide Sichtweisen stimmen?
- Wie leicht fällt ein Perspektivwechsel?
- **Wir schauen auf dasselbe – und sehen dennoch nicht dasselbe.**



## Kindergeburtstag



Ihr erster Impuls:

Spontane...

Eindrücke, Bilder,  
Assoziationen, Gefühle,  
Gedanken, Begriffe,  
Vorstellungen...



Bildquelle:

[https://www.herder.de/kiga-heute/leitungsheft/archiv/2024-17-ig/1-2024/risky-play-zwischen-aufsichtspflicht-und-bildungsauftrag/?utm\\_source=chatgpt.com](https://www.herder.de/kiga-heute/leitungsheft/archiv/2024-17-ig/1-2024/risky-play-zwischen-aufsichtspflicht-und-bildungsauftrag/?utm_source=chatgpt.com)

Ihr erster Impuls:

Spontane...

Eindrücke, Bilder,  
Assoziationen, Gefühle,  
Gedanken, Begriffe,  
Vorstellungen...



Ihr erster Impuls:

Spontane...

Eindrücke, Bilder,  
Assoziationen, Gefühle,  
Gedanken, Begriffe,  
Vorstellungen...



Wir sehen nicht nur.  
Wir bewerten gleichzeitig.

- Bewertungen entstehen automatisch
  - gut / schlecht
  - fördern / schützen
  - Freiheit / Sicherheit
  - Etc.
- Manchmal bewerten wir eine Situation zur gleichen Zeit unterschiedlich oder sogar gegensätzlich.

Unsere Reaktionen  
sind selten NUR Reaktionen auf das Kind.  
Oft sind sie auch Reaktionen  
auf unsere eigene Geschichte.

„Wie sehe/ verstehe/  
beurteile ich die Welt?“

Geprägt durch:

- Menschen (Familie, Freundschaften, Schule)
- Erfahrungen & Erlebnisse
- Werte & Normen
- Gesellschaft & Kultur
- Medien





## Innere Landkarte

Nicht jeder (altbekannte) Pfad passt heute noch zu unserem Leben.



## Botschaften aus der Kindheit

- Geessen wird, was auf den Tisch kommt.
- Reiß dich zusammen.
- Stell dich nicht so an.
- Jetzt beginnt der Ernst des Lebens.
- Geht nicht, gibt's nicht.
- Ohne Fleiß kein Preis.
- Erst die Arbeit, dann das Vergnügen.
- Das macht man nicht.

u.v.m.

## Geschlechterstereotype Botschaften

- Sei ein starker Junge. / Jungs sind wild.
- Sei ein braves Mädchen. / Mädchen sind lieb.
- Weine nicht, wie ein Mädchen.
- Ein Indianer kennt keinen Schmerz.
- Mädchen sind fleißig und ordentlich.
- Mädchen schlagen nicht.
- Männer reden nicht (über Gefühle).
- Frauen können besser zuhören.

u.v.m.

## Biografiearbeit

---

- **Es geht dabei nicht** um Schuld, Anklage oder richtige / falsche Erziehung.
- **Es geht dabei** um Prägungen und Muster zu erkennen, um Zusammenhänge zu verstehen und um Handlungsspielräume zu erweitern.
- **Vergangenheit reflektieren >  
Gegenwart verstehen >  
Zukunft gestalten.**

## Persönliche Spurensuche

---

**Denken Sie an eine Situation mit einem Kind,  
die Sie zuletzt stark beschäftigt hat.**

## Persönliche Spurensuche

---

**Denken Sie an eine Situation mit einem Kind,  
die Sie zuletzt stark beschäftigt hat.**

- Was genau hat Sie in dieser Situation besonders berührt oder bewegt?

## Persönliche Spurensuche

---

**Denken Sie an eine Situation mit einem Kind,  
die Sie zuletzt stark beschäftigt hat.**

- Was genau hat Sie in dieser Situation besonders berührt oder bewegt?
- Welche Gedanken oder Gefühle hat sie bei Ihnen ausgelöst?

## Persönliche Spurensuche

**Denken Sie an eine Situation mit einem Kind, die Sie zuletzt stark beschäftigt hat.**

- Was genau hat Sie in dieser Situation besonders berührt oder bewegt?
- Welche Gedanken oder Gefühle hat sie bei Ihnen ausgelöst?
- Könnte Ihre Reaktion etwas mit eigenen Erfahrungen, Prägungen oder Erwartungen zu tun haben? Mit welcher?

Reagiere ich gerade auf das Kind? –  
Oder reagiere ich auf etwas aus meiner eigenen  
Geschichte?

## Zusammenfassung

Erziehung ist geprägt durch unsere Geschichte

- Werte & Normen jeder Generation
- Innere Landkarte entsteht unbewusst
- Prägt unser heutiges Handeln

Reflexion statt Automatismus

- Was passt heute noch? Was darf sich verändern?

Biografiearbeit bedeutet

- Vergangenheit reflektieren – Gegenwart verstehen – Zukunft gestalten

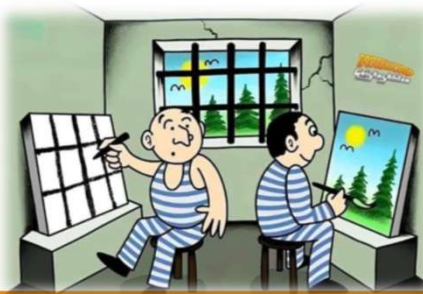
## Die Biografie-Ampel



- **Stopp!**  
Was hat mich gerade so stark getroffen?
- **Nachdenken!**  
Woran erinnert mich das? Was wird gerade in mir berührt?
- **Weitergehen!**  
Wie möchte ich heute als Erwachsene:r reagieren?

„Ändere deine Gedanken und du  
veränderst deine Welt.“

(Sprichwort aus Indien)



## Literatur

**Ruhe, H. G. (2014).** *Praxishandbuch Biografiearbeit. Methoden, Themen und Felder.* Weinheim und Basel: Beltz Juventa.

**Gudjons, H., Wagener-Gudjons, B., Pieper, M. (2020).** *Auf meinen Spuren. Übungen zur Biografiearbeit.* Bad Heilbrunn: Julius Klinkhardt.

**Behnen, I., Mikota, J., Zinnecker, J. (2009):** *Kindheit und Biografie.* In: Behnen, I., Mikota, J. (Hrsg.): *Sozialisation, Biografie und Lebenslauf. Eine Einführung.* Weinheim und München: Juventa. S. 168-181.

**Keiner, T., Macé, M., Theobald, E., (2000):** *Das autobiografische Gedächtnis: Wir sind, woran wir uns erinnern.* In: *Psychologie Heute*, 27, H. 3, S. 20-26.