

Fallverstehen: Biografischer Zeitbalken

Ziel: Mit dem biografischen Zeitbalken sollen die Elemente einer Erzählung zur eigenen Biografie zeitlich verortet (und dabei bislang Unerzähltes in der zeitlichen Nähe zugänglich) werden und dem Subjekt Momente seiner So-Gewordenheit in Erinnerung gerufen werden, um daran in der Fallbearbeitung anschließen zu können, z. B.

- in Bezug auf positiv erlebte Situationen oder
- die Art und Weise, wie mit schwierigen Situationen – gelingend – umgegangen worden ist).

Es geht darum, im Rahmen einer anlassgerechten Gesprächsführung Erzählungen zur eigenen Geschichte auszulösen; dabei helfen offene Frageform, z. B.: *Können Sie/Kannst Du mir mehr über Deine Kindheit erzählen?* Erst später wird nach konkreten Situationen gefragt, z. B.: *Fällt Ihnen/fällt Dir in Bezug auf XY eine Situation ein? Kannst Du diese mal erzählen?*

Dimensionen des Gespräches sind

- *Familie*: in der Dimension Familie werden alle Ereignisse eingetragen, die das familiäre Setting verändern, insb. Geburt und Tod wichtiger Bezugspersonen, Partnerschaften, Heirat und Trennung der Eltern;
- *Wohnen*, d. h. Änderungen im Wohnsetting, d. h. Umzug, Personen, die den Haushalt verlassen (z. B. Auszug von Geschwistern) oder neu dazukommen (z. B. Geburt von Geschwistern), weitere Personen im Haushalt;
- *Bildung*, d. h. Kindergarten, Schulausbildung, Studium, Berufsausbildung, Bildungsaktivitäten;
- *Arbeit*, d. h. alle bezahlten Tätigkeiten, Arbeitsplatz- und Firmenwechsel;
- *Gesundheit*, d. h. (auch vorübergehende) Krankheiten;
- *Behandlung/Hilfe*, d. h. medizinische, sozialarbeiterische, psychotherapeutische oder ähnliche Hilfe; und
- „*Sonstiges*“, d. h. Ereignisse, „die nicht in die obligatorischen Zeilen passen“, z. B. gravierende Umweltereignisse (z. B. die Atom-Katastrophen von Tschernobyl oder Fukushima), Kriege, deutsche Wiedervereinigung), freiwilliges Engagement (z. B. Kommunalpolitik, Organisationen der Zivilgesellschaft), künstlerische bzw. sportliche Betätigung.

Vorgehensweise: In der Wahrnehmung des Subjekts wichtige Ereignisse werden auf ein leeres Blatt eingetragen. Linie oder Balken auf der x-Achse markieren Zeiträume, während die y-Achse die positive oder negative Erlebensebene eines im Zeitablauf markierten Ereignisses zum Ausdruck bringen.

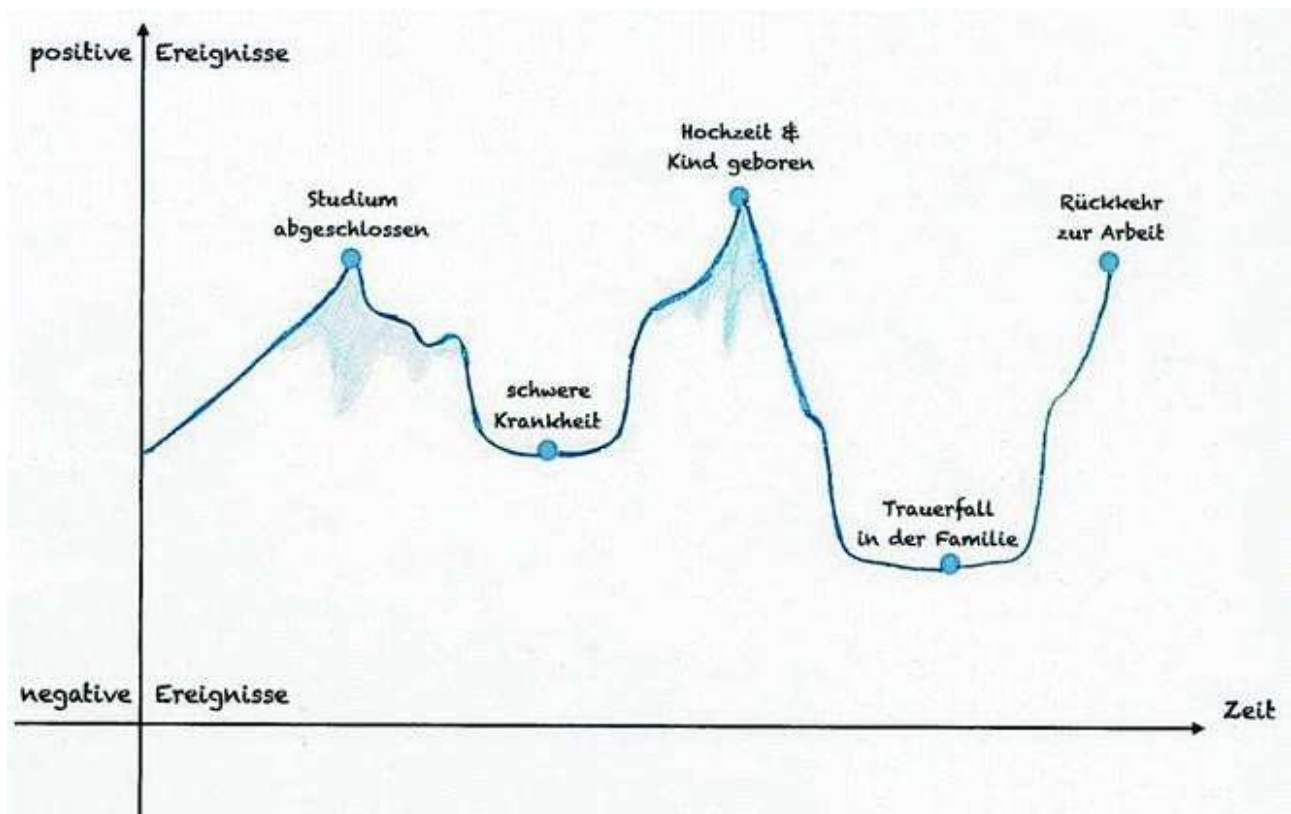
Unterlagen (z. B. Dokumentenmappen, Fotoalben) sollten mitgebracht werden, in Akten verfügbare Daten können durch den/die Soziale/n schon vorbereitet sein.

Nachfragen, die helfen, eine Geschichte erzählen zu lassen, sind z. B.:

- *temporale Abfolge der Erinnerung*: Die Erzählung stockt: *Wie ging es dann weiter?*

- lebensgeschichtliche(r) Verlauf: Die Mutter wurde erwähnt: *Sie erwähnten Ihre Mutter. Können Sie von Erlebnissen mit Ihrer Mutter im Laufe Ihres Lebens erzählen?*
- ganze Lebensphase: Die Sprache kam auf die Schulzeit: *Können Sie mir noch mehr aus Ihrer Schulzeit erzählen?*
- angedeutete Situation: Erwähnt wird, dass sich ihre Eltern häufig streiten/gestritten haben: *Sie haben erwähnt, dass sich Ihre Eltern häufig streiten. Können Sie noch mehr vom Streit Ihrer Eltern erzählen?*
- Argumentation oder Beschreibung: Erwähnt wird/wurde, dass sich die Eltern häufig gewalttätig verhalten haben: *Sie haben gesagt, dass sich Ihre Eltern häufig gewalttätig verhalten haben. Können Sie sich an eine bestimmte Situation erinnern?*
- Erzählungen anderer: An die ersten Jahre der Kindheit besteht keine Erinnerung: *Haben Ihnen andere Menschen, etwa Ihre Eltern, Geschwister, etwas aus Ihrer Kindheit erzählt?*
- Verbalisierung von Zukunftsvorstellungen: Das Subjekt betont, dass es überhaupt keine Vorstellungen über seine berufliche Zukunft hat: *Können Sie sich an eine Situation erinnern, in der Sie über Ihre berufliche Zukunft nachgedacht haben oder mit jemanden darüber gesprochen haben?*

Ein **Beispiel** nennen Berger und andere:



Berger, J., u. a.: Was sind essentielle Komponenten von Lebenskunst? In: Schmitz, B., Lang, J., und Linten, J. (Hg.), Psychologie der Lebenskunst. Positive Psychologie eines gelingenden Lebens – Forschungsstand und Praxishinweise, Wiesbaden 2017: 49-89

Auswertung: In der anschließenden gemeinsamen Betrachtung wird z. B. den Leerräumen im Zeitbalken besondere Aufmerksamkeit gewidmet (z. B. das Fehlen von Partnerschaften oder Phasen von Arbeitslosigkeit können prägende biografische Erfahrungen sein); es kann geklärt werden, ob bestimmte Ereignisse zeitlich nahe beieinander liegen, ob es biografische Kontinuitäten „trotz dramatischer Entwicklungen im engsten familiären Umfeld“ gibt, und es kann eingeschätzt werden, ob es ähnliche Situationen schon einmal gegeben hat und welche Erfahrungen mit der Bewältigung schwieriger Situationen vorliegen.