

Infobrief Biografiearbeit

Liebe Leserin, lieber Leser!

Fotos sind wichtige Gedächtnisstützen, sie leisten weit mehr, als nur unsere Erinnerungen wachzurufen oder geliebten Menschen den „Hauch von Unsterblichkeit“ zu vermitteln. „Weißt du noch ...?“, fragen wir Freunde und Familie oft, wenn wir Bilder gemeinsam betrachten. Die Erinnerungen an viele der nicht fotografierten Erlebnisse in unserem Leben verblassen dagegen leichter, diese Erfahrung haben Sie bestimmt auch öfters gemacht. Fotografien sind deshalb – gleichsam – ein fest stehendes Spiegelbild, das wir so gut wie möglich sehen und interpretieren lernen sollten, um daraus wichtige Informationen für das Erinnern und Schreiben unsere Lebensgeschichte/n zu ziehen. Hier habe ich einige

Tipps und Fragen zur Bildbetrachtung zusammengestellt, die Sie in Ihrer Biografiearbeit unterstützen.

Ihr



Dr. Andreas Mäckler

www.meine-biographie.com



Fotos in der Biografiearbeit

Schauen wir uns folgende biografische Bildbeschreibung an:



Carl Kau, ein sympathischer Mensch wie Sie und ich, schreibt zu seiner Fotogalerie: „Als typisches Kind der Fünfzigerjahre trug man in kinderreichen Familien von anderen 'geerbte' Lederhosen und über dem Flanell-Hemd von der Mutter selbst gestrickte Pullunder, die natürlich kratzten. Hausaufgaben machte man auf der Schiefertafel und der erste Füllfederhalter war das klassische Geschenk zur ersten Heiligen Kommunion. Das Abitur wurde als selbstverständlich erwartet, wie ein lang geübter, stets überwachter Verhaltenskodex – ebenso kirchliches Engagement und musikalische Grundfertigkeiten.“

Als Student waren enge, anfangs knochenharte Bluejeans und taillierte Hemden angesagt. Skiferien mit Selbstverpflegung auf einer rustikalen Hütte im Montafon gehörten zu den Höhepunkten in der ‚vorlesungsfreien Zeit‘.

Mit vier Damen – einer tollen Ehefrau und unseren drei Töchtern – ist man zwar Hahn im Korb, jedoch manchmal auch ein wenig 'männlich einsam'. Das Ausbleiben eines Sohnes hat mir zum Einen das Bolzen auf dem Fußballplatz und zum Anderen die reibungsintensive Rivalenrolle Vater/Sohn erspart, die mein noch lebender Vater leider durchleben musste. ‚Wer weiß, wofür et joot wor‘, sagt der Rheinländer in mir an dieser Stelle.“

Fragen zur Bildbetrachtung

Nehmen Sie eines Ihrer Fotos zur Hand, betrachten Sie es und beantworten Sie folgende Fragen – Sie müssen nicht alle Fragen beantworten, aber konzentrieren Sie sich auf jedes Ihrer Bilder:

- Was ist Ihr erster Eindruck? Wen sehen Sie, was sehen Sie?
- Was passiert auf dem Foto?
- Ist der Hintergrund, der beim Fotografieren gewählt worden war, von Bedeutung? Hat er eine symbolische Bedeutung, steht er in einer sinnvollen Beziehung zu den Personen und ihren sozialen Bezügen?
- Welche Gefühle weckt das Foto in Ihnen?
- Was können Sie über körperliche Nähe oder Distanz der Personen sagen?
- Wie ist der emotionale Zustand jeder einzelnen Person? Wie wird diese Emotion durch einen Gesichtsausdruck oder eine Körperhaltung erkennbar? Sicher lächeln viele Personen auf den Fotos. Es kommt aber darauf an, wie sie lächeln. Ist es ein gezwungenes Lächeln oder ein offenes, entspanntes Lächeln? Lächelt die Person eine andere Person der fotografierten Gruppe an oder nur den Fotografen?
- Wie harmonisiert die Gruppe? Sind alle entspannt? Wer hat die „Macht“ in der Gruppe?
- Gibt es irgendetwas Besonderes bezüglich einzelner Körperteile jedes Menschen? Betrachten Sie sorgfältig das Gesicht, die Arme, Hände, Beine und Füße jeder Person. Sind die einzelnen Teile in Bezug auf den Ausdruck harmonisch oder gibt es Verspannungen?

Lernen Sie, ein Foto wie ein Buch zu lesen, von links nach rechts, von oben nach unten. Wiederholen Sie die Befragung eines Fotos und versuchen Sie jedes Mal, etwas zu entdecken, was Ihnen vorher entgangen war. Der Wechsel von Abfrage und Erinnerung im Laufe des Betrachtens einer Fotoserie kann zu immer genaueren Erinnerungen führen. Fragen Sie sich immer auch nach den Assoziationen dessen, was Sie beim Betrachten empfinden.

- Gibt es wiederkehrende Muster oder Themen? Stehen Sie z. B. immer besonders dicht neben einem Elternteil? Wenn ja, was sagt das über die Beziehung zu diesem Elternteil, und was über die Beziehung zu dem anderen Elternteil?



- Gibt es eine Person, die auf Fotos fehlt? Wenn ja, warum? Weil sie alle Fotos aufgenommen hat? Was sagt Ihnen das über das fehlende Familienmitglied und über die Anderen?



- Stehen die einzelnen Familienmitglieder ohne sich zu berühren stocksteif nebeneinander, oder verhalten sie sich zärtlich zueinander?
- Berühren sich die Menschen auf dem Bild? Wie berühren sie sich?
- Sehen Sie sich die Gesichter der Familienmitglieder auf den Fotos sehr genau an – besonders die Augen und die Münder. Gibt es Diskrepanzen? Lächelt zum Beispiel der Mund, während die Augen misstrauisch oder ängstlich dreinschauen?
- Wie sind Sie und die Anderen auf den Fotos angezogen? Sind Sie häufig in Alltagskleidern abgebildet oder sind Sie immer fein gemacht worden?
- Wer steht auf dem Foto im Mittelpunkt der Aufmerksamkeit?
- Können Sie beim Betrachten von Fotos, die in einem gewissen Zeitabstand aufgenommen wurden, wichtige Veränderungen – z. B. allmähliche oder plötzliche Gewichtszunahme – erkennen? Was könnte das bedeuten?
- Betrachten Sie ein Foto, das Ihren Vater oder Ihre Mutter bei einer Lieblingsbeschäftigung zeigt: Welche Bedeutung hat diese Tätigkeit für Sie heute?

Literaturtipp



Martin Schuster. Fotos sehen, verstehen, gestalten: Eine Psychologie der Fotografie (2005). Ein Bild sagt oft mehr als tausend Worte. Was erleben wir beim Betrachten eigener und fremder Fotos? Der Autor zeigt, wie Fotos auch genutzt werden können, um die Vergangenheit wieder lebendig zu machen.

Zitate & Aphorismen

„Man sieht nur, was man weiß.“

Johann Wolfgang von Goethe (1749-1832), dt. Dichter

Veranstaltungsempfehlungen

18. April bis 18. Juli, jew. dienstags	Autobiografisches Schreiben I Referentin: Michaela Frölich . Veranstaltungsort: online via BigBlueButton / LMS Moodle . Information & Anmeldung: https://www.zww.uni-mainz.de/weiterbildungsangebote-im-ueberblick/50plus/
21. April	Wie schmeckt Geborgenheit? Biografisches Schreiben mit allen Sinnen Referentin: Gesine Hirtler-Rieger . Veranstaltungsort: Münchner Bildungswerk Anmeldung: Kurs-Nr. 146199, mbw@muenchner-bildungswerk.de
22.-23. April	Das Leben ist (k)ein Wunschkonzert. Musikalischer Lebenslauf Referentin: Andrea Parzefall . Veranstaltungsort: LVHS Niederalteich Info und Anmeldung: www.lvhs-niederalteich.de
4.-5. Mai	Grundlagen der Biografiearbeit Referentinnen: Monika Heilmeyer-Schmittner und Karin Wimmer- Billeter Ort: St. Wolfgang, Kloster Armstorf . Anmelden: hmair@domberg-akademie.de
5.-6. Mai	Leuchts Spuren in meinem Leben. Biografisches Schreiben: Inspiration & Handwerk. Referentin: Gesine Hirtler-Rieger . Ort: LVHS Niederalteich Information & Anmeldung: anmeldung@lvhs-niederalteich.de
Ab 31. Mai, jew. mittwochs	Biografische Literatur (erst lesen, dann schreiben) Trainer: Dr. Stefan Kappner . Online-Workshop Information & Anmeldung: https://biografika.de/schreibworkshops/
19.-21. Juni	Spuren suchen - Schätze finden. Orientierungstage mit Biografiearbeit für Frauen* um die 30 Referentin: Bianca Bär . Veranstaltungsort: Studienzentrum Josefstal Infos & Anmeldung: https://josefstal.de/events/spuren_suchen_2023/
13.-16. Juli	Schreiben und Üben im Kloster Steinfeld (Eifel): Glückliche Momente erinnern Referenten: Dr. Andreas Mäckler / Ina Dölken . Veranstaltungsort: Kloster Steinfeld (Eifel) . Info: https://www.meine-biographie.com/workshop-termine/

LebensMutig Seminare

Ausführliche Informationen zur unseren Veranstaltungen finden Sie auf www.lebensmutig.de!

QR Code LebensMutig



Infobrief Biografiearbeit | April 2023 | Auflage: 1600
 Redaktion | Dr. Andreas Mäckler | andreas.maeckler@lebensmutig.de
 Herausgeber | LebensMutig – Gesellschaft für Biografiearbeit e.V.
 Sie können den InfoBrief bestellen bzw. abbestellen unter infobrief@lebensmutig.de