

# Inhalt

## Einführung

- *Sabine Sautter*  
Zu diesem Buch ..... 9
- *Petra Dahlemann*  
Unser Erwachsenenbildungskonzept ..... 11

## Biografisches Erzählen

- *Sabine Sautter*  
**Grundlagen**  
Biografiearbeit ..... 15
- *Sabine Sautter / Annette Arand*  
**Methoden zur Zeitgeschichte**  
Erlebte Zeitgeschichte ..... 22  
Talkshow ..... 26  
Spiele ..... 28
- *Sabine Sautter / Annette Arand / Anne Münchmeier*  
**Methoden zur individuellen Geschichte**  
Lebens-Räume ..... 29  
Der Steckbrief ..... 32  
Gegenstände ..... 34  
Ein Würfelspiel mit Fotografien ..... 38  
Der Lebensbaum ..... 40

## Erinnerungspflege mit Hochbetagten

- *Annette Arand*  
**Grundlagen**  
Erinnerungspflege – Biographisches Arbeiten  
mit Hochbetagten ..... 45
- *Annette Arand*  
**Hintergrund**  
Erinnerungspflege in der Gruppe ..... 48
- *Annette Arand*  
**Methoden**  
Biografische Methoden in der Erinnerungspflege ..... 50

## Biografisches Schreiben

- *Petra Dahlemann*  
**Grundlagen**  
Wozu biografisches Schreiben? ..... 57
- *Sabine Sautter*  
**Hintergrund**  
Eine Schreibgruppe leiten ..... 61
- *Sabine Sautter*  
**Methode zur Zeitgeschichte**  
Ich erinnere mich .. ..... 67
- *Petra Dahlemann / Sabine Sautter*  
**Methoden zur individuellen Geschichte**  
Orte meines Lebens ..... 69  
Ein Mensch, der mich geprägt hat ..... 71  
Der rote Faden ..... 73  
Das Schachteltheater ..... 76  
Ort der Ruhe und der Kraft ..... 78

|   |     |
|---|-----|
| ■ <i>Petra Dahlemann</i>                                      |     |
| <b>Methoden für kreatives Schreiben</b>                       |     |
| Schreibspiele .....   | 82  |
| Schreiben an anderen Orten .....                              | 84  |
| Schreiben zu Kunstwerken .....                                | 85  |
| Rope of Life – der Lebensfaden .....                          | 87  |
| Über Wortarten schreiben .....                                | 89  |
| Die „schwammweiche Zeit“ .....                                | 90  |
| Beispiele aus Literatur und Trivilliteratur analysieren ..... | 91  |
| Künstlerbücher .....  | 91  |
| Wettbewerbe .....   | 93  |
| ■ <i>Petra Dahlemann</i>                                      |     |
| <b>Methode zur Themenfindung</b>                              |     |
| Clustern .....  | 95  |
| ■ <i>Petra Dahlemann / Sabine Sautter</i>                     |     |
| <b>Hintergrund</b>  |     |
| Themen .....  | 96  |
| Textformen .....  | 99  |
| Sprachliche Tipps .....                                       | 104 |
| Erzählperspektiven .....                                      | 107 |
| Texte in eine Ordnung bringen .....                           | 110 |

## Projekte aus der Biografiearbeit

|   |     |
|---|-----|
| ■ <i>Sabine Sautter</i>                   |     |
| <b>Zeitschreiber</b>                      |     |
| Erinnerungen – Texte – Lesungen .....     | 115 |
| ■ <i>Karin Wimmer-Billeter</i>            |     |
| <b>Das Münchner Erzählcafé</b>            |     |
| Geschichten, die das Leben schreibt ..... | 132 |

## Anhang

### Beispieltexte von Teilnehmerinnen

- *Barbara Herrmann*  
Aufstehen ..... 144
- *Marianne Pfeiffer*  
Ich erinnere mich ... ..... 145
- *Irene Trägler*  
Ketzin, die verlorene Heimat ..... 146
- *Marianne Breit*  
Eine schreckliche Konfrontation ..... 148
- *Eva Bauermann*  
Das hat mein Leben verändert: Das graue Papier ..... 150
- **Sprüche** ..... 152
- **Literatur** ..... 153
- **Die Autorinnen** ..... 156