Auch Lebensgeschichte ist Geschichte - damit nichts verloren geht...

Maritta Henke berichtet aus ihrer Arbeit in der Erzählwerkstatt.

Ich möchte Ihnen heute aus meiner Arbeit berichten, die mir seit 1996 eine Herzensangelegenheit ist. Das ist das Begleiten von Menschen in Erzählrunden – in Erzählrunden, die die eigene Lebensgeschichte in den Blick nehmen und sich mit ihren Erinnerungen an die Öffentlichkeit wagen.

1) Einleitung

„Eine demokratische Zukunft bedarf einer Vergangenheit, in der nicht nur die Oberen hörbar sind.“ (Lutz Niethammer)

Bis in die 80er Jahre des letzten Jahrhunderts kannten wir Geschichte nur als:

- Geschichte aus der Schulzeit oder
- Geschichte aus Museen

Wir wissen aber heute:

- Geschichte ist mehr als trockener Lernstoff.
- Jeder von uns nimmt durch seine eigene Lebensgeschichte teil an der „großen“ Geschichte.
- Unsere Lebensgeschichten – das ist Geschichte, die wir selbst schreiben!

Ich zitiere an dieser Stelle auch gern das 4. Gebot aus der Bibel:

„Du sollst deinen Vater und deine Mutter ehren, auf das du lange lebest auf Erden."

Was heißt das?

- Wir sollen unsere eigene Eltern wertschätzen – sie annehmen so wie sie sind. Wir können sie uns nicht aussuchen, sie haben sich uns geschenkt. Ohne sie wären wir nicht auf der Welt.
- Es heißt auch, ihnen dankbar zu sein, denn in den allermeisten Fällen haben sie sehr viel für uns getan. Sie haben uns in der Kindheit behütet und für uns gesorgt und schließlich uns auf unser Erwachsenenleben vorbereitet.
- Aber warum soll sich das Anerkennen dieser Tatsachen auf die Lebenslänge auswirken?

Da gibt es noch eine andere Dimension. Das 4. Gebot heißt auch:

- Wir brauchen und dürfen nicht alles noch einmal neu erfinden, sondern wir sollen aufbauen auf dem Vorhandenen, das uns unsere Vorfahren hinterlassen haben.
- Wir sollen die Geschichte der Vorfahren kennen lernen und annehmen, besonders die der direkten vorherigen Generation.
- Wenn wir die Erfahrungen der vorherigen Generationen in das eigene Leben einbauen und darauf aufbauen, kann das unser Leben verlängern.

Das Kennenlernen von Lebensgeschichte geschieht besonders eindrucksvoll durch:

➔ Persönliche Berichte von Menschen und

➔ Erzählungen, die alltägliche Lebensverhältnisse früherer Zeiten überliefern.

Dabei geht es nicht darum, jungen Menschen zu zeigen wie sie ihr Leben meistern sollen, sondern durch die Geschichten – egal, ob sie von gelungenen oder schief gegangenen Lebensabschnitten berichten – zu zeigen, wie frühere Generationen mit den verschieden Ereignissen in ihrem Leben umgegangen sind. Das Leben hat sie nicht aus der Bahn geworfen, wenn Schwierigkeiten auftauchten. Das Leben ging immer irgendwie weiter und aus manch traurigem Ereignis ging doch etwas Gutes hervor. Wenn junge Menschen sehen, wie ältere Menschen so aus ihrem Leben berichten, kann das Mut machen, keine Angst vor der Zukunft zu haben.

Heute ist so viel von der Perspektivlosigkeit der jungen Generation die Rede – das kann ich nicht verstehen! Wenn ich vor Augen habe, was aus der jungen Generation der Kriegs- und Nachkriegszeit geworden ist, dann darf ich der heutigen jungen Generation ruhig zutrauen, dass auch sie ihren Weg finden wird.

Und dabei ein bisschen Steigbügel zu halten durch unsere eigenen Lebensgeschichten – das finde ich wichtig und richtig.

2) Geschichte des Erzählcafés / der Erzählwerkstatt

Die Geschichte der Erzählcafés reicht in Deutschland bis in die 80er Jahre zurück. Richard von Weizäcker rief damals in Berlin zum Erzählen aus der eigenen Lebensbiographie auf – eben damit es nicht verloren geht.

In Österreich gibt es solche Projekte bereits seit den 50er Jahren.

Ich habe weder Literatur studiert, noch Geschichte, aber als ich von der Idee eines Erzählcafés hörte, dachte ich sofort: So etwas muss es in Wedel auch geben.

Es war im September 1996, als sich die erste Erzählrunde traf. In kleinen Gruppen von 5 bis 10 Personen trafen wir uns zweimal monatlich für zwei Stunden, um sich entlang der eigenen Lebensbiografie zu erinnern, zu erzählen und schließlich zu Hause aufzuschreiben. In der Zeit bis 2012 entstanden so acht Broschüren voll von Lebensgeschichten.

3) Ablauf eines Erzählcafés / einer Erzählwerkstatt

1. Schritt – erstes Erzählen

- Ein bestimmtes Thema wird vorgeben.
- Der Einstieg erfolgt durch einen kleinen Text oder eine kurze Geschichte, die die Erinnerung anregen soll.
- Anschließend stelle ich mehrere Fragen und Stichworte zum Thema, die Teilnehmer können sich auf bereitliegenden Zetteln Notizen machen.
- Danach ein paar Minuten Stille, „damit die Bilder aufsteigen können“ – so formulierte es immer eine Teilnehmerin.
- Dann beginnt das Erzählen, allerdings immer nur eine oder einer zurzeit, die anderen hören zu. Zuhören können ist ebenfalls wichtig in den Erzählrunden.
- Beim Erzählen läuft ein Tonband mit, damit ich nicht mitschreiben brauche, so kann direkt durch weitere Fragen die Erzählung vertieft werden.
- Jeder bekommt ausreichend Zeit zum Erzählen – es ist aber auch nur Zuhören möglich.

2. Schritt – Vertiefung beim nächsten Treffen

- Ich habe die Aufnahme abgehört, Stichpunkte gemacht und Fragen notiert.
- Das Erzählte wird noch einmal vertieft, die Fragen werden beantwortet.
- Erinnerungen, die inzwischen noch gekommen sind, werden erzählt.

3. Schritt – Aufschreiben

- Kleine Stichwortzettel entstehen durch meine Notizen.
- Dankbar nahmen die Teilnehmer die kleinen Stichwortzettel an, die den Fluss des Schreibens erleichtern.
- Wer nicht selbst aufschreiben möchte oder kann, dem biete ich das Aufschreiben aus seiner Erzählung an.
- Ich sammle die Erzählungen und stelle sie in einem Buch zusammen.
- Das Aufgeschriebene wird zum Abschluss noch einmal von allen Beteiligten freigegeben.
- Zuletzt werden noch Fotos und Dokumente zu den Geschichten zusammengetragen und eingefügt.

4. Schritt – Öffentlichkeit

- Ein Öffentliches Erzählcafé / Erzählwerkstatt wird organisiert.
- Bei Kaffee und Kuchen findet die Lesung einzelner Geschichten aus dem neu entstandenen Buch statt.
- Die Bücher können verkauft werden zum Selbstkostenpreis.

1 – 2 Jahre haben wir immer für eine Broschüre etwa gebraucht.

4) Sinn und Vorteil einer Gesprächsrunde

- Der größte Vorteil liegt in der Anregung der eigenen Erinnerung durch die gehörten Geschichten der anderen Teilnehmer.
- Ein weiterer Vorteil ist die Erzählmöglichkeit in der Gruppe. Sie hilft, die Erinnerung erst zu „sortieren“. Das Aufschreiben fällt dann leichter.
- Außerdem hilft die gezielte themenbezogene Anleitung, denn auf diese Weise kann man einzelne Kapitel seines Lebens gezielt in den Blick nehmen, ohne gleich die gesamte Biografie schreiben zu müssen.
- Und schließlich wird durch das Nachfragen der Zuhörenden die Erinnerung vertieft und genauer.

5) Mögliche Herangehensweisen in Erzählgruppen

Es gibt verschiedene Herangehensweisen an die Themen der Erzählrunden. Im Folgenden stelle ich zwei Ansätze vor:

- Anthropologischer Ansatz: Das meint erzählendes Vergleichen anhand der menschlichen Grundbedürfnisse → siehe „Anlage 1 Lebensgeschichte“
- Lebensgeschichtlicher Ansatz: Das bedeutet ein Erzählen entlang der eigenen Biographie. → siehe „Anlage 2 Lebensgeschichte“

Die einzelnen Punkte können, wie am Beispiel der Kinderspiele in der Kindheit zu sehen, weiter aufgeschlüsselt werden. Die einzelnen Stichworte wecken dann die Erinnerungen.

„Anlage 3 Lebensgeschichte“ zeigt mögliche Aufschlüsselungen zu den Themen Essen und Kleidung.

Auf diese Weise ist es leicht möglich, die Erinnerungen, die wir alle als Schätze in uns tragen, wachzurufen und zu erzählen.

Alle Fotos sind aus dem Privatbesitz der Autorinnen und Autoren
der Reihe „Geschichten aus dem Erzählcafé“