

Und plötzlich befindet man sich wieder in der Kindheit ...

Autobiografisches Schreiben kann man lernen – zum Beispiel in der VHS



Es macht Freude, seine Lebensgeschichte auf kreative Weise auszutauschen – auch im internationalen Kreis. Das Bild zeigt Frauen im Café Biografia International im Begegnungszentrum Bockenheimer Treff. Foto: Oeser

Hollerküchlein – wer kennt die eigentlich noch? Man taucht die breiten flachen Blütendolden des schwarzen Holunders in einen Eierkuchenteig und backt sie aus: Hmm, lecker! Doch zuvor muss man sie erst einmal pflücken, und nicht immer hängen sie einem leicht erreichbar vor der Nase. Maria Rottmann stand als kleines Kind auf einem Schuppendam, um an die Blüten heranzukommen. Die Angst, herunterzufallen, ließ sie die Blüten vergessen. Aber ihre Schwester traute sich: So stark war das Verlangen danach, dass die Großmutter die Frühlingskostlichkeit zubereitete.

Maria Rottmann hat in wenigen Sätzen diese Erinnerung aufgeschrieben und damit die Stimmung an einem warmen Frühlingstag auf dem Land heraufbeschworen. Ein Anfang ist gemacht. Im VHS-Kurs „Autobiografisches Schreiben“ haben die fünf Frauen und zwei Männer gerade erste Hinweise bekommen, wie eine Autobiografie aufgebaut werden kann, welches die Motive sein und welche Regeln beim Schreiben helfen können. Und dann haben sie auch schon

einen ersten Schreibversuch gemacht, der erstaunliche Ergebnisse zutage gefördert hat.

Es waren kleine Anstöße, die die Journalistin und Schreibtrainerin Michaela Frölich gegeben hat: Denken Sie an eine Situation in Ihrer Kindheit, gehen Sie mit allen Sinnen dort hin. Welche Farben sehen Sie, welche Gerüche nehmen Sie wahr, was hören Sie?

Für Maria Rottmann war genau das die Motivation, sich zu dem Kurs anzumelden: Die Geschichte der eigenen Kindheit nicht vergessen und für die erst kürzlich geborenen Enkel aufbewahren. Für andere, wie Wolfgang Scheel, haben die Kinder den Anstoß gegeben. Der 73-Jährige hat die Teilnahme an dem Kurs von seinen Kindern geschenkt bekommen. Sie wollen den Blick des Vaters auf die von ihm erlebte Zeitgeschichte gerne bewahrt sehen. Bei Ursula Stuckmann, die in ihren 84 Jahren und mit ihrer Herkunft aus dem Osten der Republik viel erlebt hat, war die Enkelin die treibende Kraft. Sie hat ihre Großmutter zu dem Kurs angemeldet.

Die eigene Geschichte aufschreiben wollen alle Teilnehmenden. Manch eine oder einer hat sich schon daran versucht. Dass die chronologische Auflistung der Ereignisse nicht mehr als eine Themensammlung sein kann, haben die meisten selbst erkannt. Und so erhoffen sie sich jetzt Tipps und Tricks, wie sie das, was sie aufschreiben wollen, in eine ansprechende Form bringen können, die andere Menschen gerne lesen mögen.

Michaela Frölich lenkt die Aufmerksamkeit der Schreibwilligen darauf, dass eine Lebenslinie von Geburt und Kindheit bis ins Alter reicht. Sie sagt aber auch, dass das chronologische Schreiben gar nicht nötig ist, um diese Lebenslinie anderen nahezubringen. All die Verzweigungen und Herausforderungen eines Lebens, die Talente und Interessen einer Person, die Berufswege oder Beziehungen zu anderen Menschen können Ansporn und Anlass zum Schreiben sein.

Das Schreiben über die eigene Lebensgeschichte kann aber auch dabei helfen, bestimmte Erfahrungen und Ereignisse aufzuarbeiten, die bis dahin vielleicht noch belastend in einem Menschen verborgen sind. Georg Baumert, Jahrgang 1941, zum Beispiel, der schon längere Zeit dabei ist und einen Fortgeschrittenkurs bei Michaela Frölich belegt hat, hat diese Erfahrung gemacht: „Da kommen Dinge hoch, die lange Zeit verschüttet waren.“ Fragen wie: Wie war das, was hat mich bewegt, würde ich das heute noch einmal so machen? haben ihn dabei motiviert. „Ich habe vieles reflektiert und konnte es dann auch loslassen“, so seine Erfahrung. Besonders hat ihm auch dabei geholfen, dass die Gruppe, die mit ihm zusammen an dem Kurs teilnimmt, vertrauenswürdig ist. Denn die Texte werden vorgelesen und gemeinsam besprochen. Voraussetzung ist dafür, dass alles, was dort besprochen wird, nicht nach außen getragen wird. Ob er seine Geschichte später vielleicht doch veröffentlichen und damit einer größeren Zahl von Menschen zugänglich machen will – das entscheidet am Schluss jeder selbst. In Frankfurt gibt es zahlreiche Kurse für Biografiearbeit: in der Volkshochschule und in verschiedenen Begegnungsstätten beispielsweise vom Frankfurter Verband.

Lieselotte Wendt