



Dem Unerhörten Raum geben: Biografiearbeit in Erzählcafes



Erzählen

- „Erzählen“ beinhaltet auch das Wort „zählen“, und weist darauf hin, dass dem Gesagten ein Wert verliehen wird.
- Vom Wunsch und der Sehnsucht getragen, dass der Wert des Erzählten vom Gegenüber erkannt wird.
- Mündliches Erzählen ist oftmals auf Austausch ausgerichtet: man bekommt auch Worte, Blicke, Anteilnahme, Wertschätzung o.ä. zurück.
- Erzählen ist somit ein interaktiver und vielschichtiger Prozess: was und wie wird erzählt, wie ist der Kontext, welchen Anlass gibt es, wer ist mein Gegenüber?

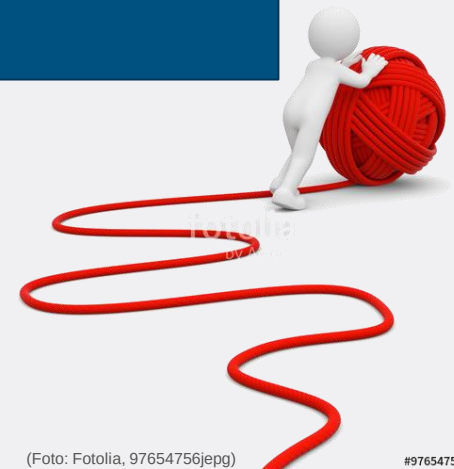


(Foto: <http://www.schuleindialog.at>)

Erzählte Lebensgeschichte

Jede Geschichte, die wir über uns erzählen,
kann nur in der Vergangenheit erzählt werden.
Sie spult sich von dort, wo wir heute stehen,
nach rückwärts ab, und wir sind nicht mehr ihre
Akteure, sondern ihre Zuschauer, die sich
entschieden haben zu sprechen.

(Siri Hustvedt)



(Foto: Fotolia, 97654756jegg)

#97654756



Kommunikation ist das,
was wir tun.

Was ist ein „Erzählcafé“?

- Dynamische und interaktive Methode des autobiographisch orientierten Erzählens in der Öffentlichkeit einer Veranstaltung
- Im Fokus steht das Hören und Erzählen von Lebensgeschichten, die auf einen thematischen Hintergrund bezogen, gemeinsam reflektiert werden.
- Häufig initiativ durch eine/n erzählende/n Zeitzeug*in, aber auch in Form eines „offenen runden Gespräches“.
- Ziel ist es, Informationen und Erfahrungswissen in einer angenehmen und geschützten Form und Atmosphäre zu vermitteln, Menschen miteinander und über spezifische Inhalte ins Gespräch zu bringen.

(vgl.: <https://de.wikipedia.org/wiki/Erzählcafé>); (Foto rechts: <http://www.kinderuniversitaet.uzh.ch/archiv/2010hs/vorlesungen/medizin/ohr.jpg>); (Foto links: <http://www.deutschlandradiokultur.de/media/thumbs/2>)

(Foto: https://www.mtec-akademie.de/uploads/media/header_Kommunikation_Interaktion.jpg)

Zur Geschichte von Erzählcafés

- Seit 1987 werden „Erzählcafés“ als Bildungsangebot und in der Biografiearbeit eingesetzt.
- Vor allem in Berlin - nach dem Mauerfall 1989 - wurden zahlreiche Erzählcafés ins Leben gerufen. Reaktivierung einer vergessenen Erzählkultur, die seitdem in vielen Städten Verbreitung findet. (vgl.: <https://de.wikipedia.org/wiki/Erzählcafé>)



(Foto: http://www.taz.de/picture/341195/948/mauerfall_b_01.jpg)

ALTERUNDTRAUMA
UNERHÖRTEM RAUM GEBEN



Erzählcafès im Rahmen des Projektes

Die Zielgruppen

- Angebot richtete sich – zielgruppenübergreifend – sowohl an Frauen ab 60 Jahren, die in ihrem Leben sexualisierte Gewalt erlebt haben, als auch an Auszubildende und Fachkräfte der Alten- und Krankenhilfe, MitarbeiterInnen des Sozial- und Gesundheitswesens, Angehörige und allgemein am Thema Interessierte.



(Foto: <http://m3.paperblog.com>)

Traumatisierung durch sexualisierte (Kriegs-) Gewalt



European Union Agency For Fundamental Rights (2014): Gewalt gegen Frauen: eine EU-weite Erhebung. Ergebnisse auf einen Blick. Verfügbar unter: <http://fra.europa.eu/de/publication/2014/gewalt-frauen-erhebung-ergebnisse-auf-einen-blick>



(Titelbild: „BeFreier und Befreite“, Hrg. H. Sander/B. Johr, Fischer Verlag, 2008)

Scham und Schuld

- Traumatische Ereignisse - insbesondere Erfahrungen sexualisierter Gewalt - sind fast immer mit massiven Scham- und Schuldgefühlen verbunden.



(Foto: <https://meeresperle.de>)

Vom persönlichen Verstummen ...



Kampagne und Foto von www.wildwasserwuerzburg.de

Vom gesellschaftlichen Verstummen ...

- Gesellschaftliche und öffentliche Tabuisierung des Themas „sexualisierte Gewalt“ bis in die 70-er Jahre hinein.
- Keine (Selbsthilfe-)Gruppen oder Beratungsstellen für die Opfer sexualisierter Gewalt ➡ Die Möglichkeit zur Inanspruchnahme professioneller Hilfen zur Bewältigung der traumatischen Erfahrungen war demnach nicht gegeben.
- Auch ein öffentliches Gedenken der Kriegskinder oder der Opfer sexualisierter Gewalt im Zweiten Weltkrieg und somit eine Form der Anerkennung des Leidens der Betroffenen fand nie statt.
- Diese öffentliche Anerkennung wäre jedoch ein erster wichtiger Schritt , um „un-verschämt“ über diese Themen in Austausch zu kommen und Unerhörtem Raum zu geben.

Vom Verstummen ...

„Ein Vernichtungskrieg wie der 2. Weltkrieg, aber jede andere Krieg auch, schafft unendliches Leid und nimmt der Menschheit die Würde. Meine persönlichen Erlebnisse haben auch meine Würde als Frau tief verletzt.

Aber hat das jahrzehntelange Schweigen und das gleichgültige Desinteresse von gesellschaftlich und politisch relevanten Gruppen an diesen Frauenschicksalen uns nicht ein zweites Mal ein Stück Würde genommen?“

(Zit.: Ingeburg Menz (geb. 1925), in Sander, H./Johr, B. (2008): BeFreier und Befreite. 3. Aufl. Frankfurt a.M.: Fischer)

... zum Erzählen und Gehörtwerden

- Erzählcafés sollen einen öffentlichen, aber dennoch geschützten Raum eröffnen, in dem traumatisierte Frauen die Möglichkeit erhalten, über Erlebtes zu sprechen, Gehör zu finden und Anerkennung durch andere Menschen zu erfahren.



Der Rahmen

- Der Raum zum Erzählen von belastenden Lebensereignissen birgt auch „Risiken“:
 - Die erzählende Person kann nur Einfluss auf das nehmen, was sie erzählt. Wie diese Erzählung vom Gegenüber aufgenommen oder verstanden wird, liegt nicht in ihrem Einflussbereich.
 - Durch Überflutung oder Trauma-Reaktivierung kann es zu einer Wiederholung oder Steigerung von erfahrenem Leid kommen.
- Erzählcafes zum Thema sollten gut angeleitet sein und Möglichkeiten des Rückzuges oder der Nachbegleitung zur Verfügung stellen.

Das 1. Erzählcafé: Einstieg



Textpassagen der Bielefelder Schriftstellerin Sigrid Lichtenberger, geb. 1923 in Leipzig. Ihre Gedichte und Prosastücke legen in zahlreichen Büchern Zeugnis ab über eine Frau, die existenzielle, aber oft auch Alltagssituationen bearbeitet und damit für viele das „Wagnis der Erinnerung“ erst wieder möglich macht.

Einladung zum Erzählcafé „Erinnerungen tragen das Gestern ins Heute“, am Montag, dem 01. Dezember 2014 von 15.00 bis 17.00 Uhr im AWO Mehrgenerationenhaus Heisenbergweg 2, 33613 Bielefeld. Eintritt, Kaffee und Kuchen sind frei, über Spenden freuen wir uns!



„Man lebt und lebt in der Gegenwart. Und auf einmal hat man eine Geschichte hinter sich“. Einiges aus ihrer Lebensgeschichte – die von Höhen und Tiefen geprägt ist – möchte die Schriftstellerin Sigrid Lichtenberger (geb. 1923 in Leipzig und Bielefelderin seit 1953) mit Ihnen teilen. Zugleich sind Sie eingeladen, eigene Geschichten und Erinnerungen zu erzählen oder auch einfach nur zu hören.

Das Erzählcafé wird im Rahmen des Verbundprojektes ALTERUNDTRAUMA von wildwasser durchgeführt.



gefördert von:
Ministerium für Gesundheit,
Energie, Pflege und Alter
des Landes Nordrhein-Westfalen



Das 2. Erzählcafé: Vertiefung



Einstieg über Gegenstände und Fotos, die an Situationen und Erlebnisse der (Nach-)Kriegszeit anknüpfen.

Einladung, sich einen Gegenstand auszusuchen und die „Geschichte / Erinnerung“ dazu in der Gruppe mitzuteilen.

Wechsel in kleinere Gesprächsgruppen, dann Abschluss im Plenum.

Einladung zum Erzählcafé „Gemeinsame Erinnerungen sind manchmal die besten Friedensstifter“, am Dienstag, dem 21. April 2015 von 15.00 bis 17.00 Uhr im Haus der Kirche, Markgrafenstraße 7, 33602 Bielefeld.

Eintritt, Kaffee und Kuchen sind frei, über Spenden freuen wir uns!

„Anfangs wollt ich fast vergessen,
Und ich glaubt', ich trüg es nie;
Und ich hab' es doch getragen. –
Aber fragt mich nur nicht, wie?“

Heinrich Heine.
Gedicht aus 'Heimkehr'

Sie machen oft die Erfahrung, dass viele Ihre „alten Geschichten“ nicht hören wollen? Sie würden sich aber gerne mit anderen über Erinnerungen austauschen – auch um Trost zu erfahren? Das können Sie in unserem Erzählcafé: Es bietet Raum, um miteinander ins Gespräch zu kommen – über Geschichten aus „alten Zeiten“, über Lebenserfahrungen und -erinnerungen. Es gibt die Möglichkeit den Erzählungen Anderer zu lauschen oder auch eigene Gedanken und Erinnerungen beizutragen.

Anmeldung: bis zum 17. April beim Evangelischen Kirchenkreis, Cora Klemp, Telefon 0521 5837155 oder per Mail an cora.klemp@kirche-bielefeld.de

Das Erzählcafé wird im Rahmen des Verbundprojektes
ALTERUNDTRAUMA von wildwasser durchgeführt.

EVANGELISCHES
KIRCHENKREIS
Bielefeld

Sparkasse
Bielefeld

gefördert von:
Ministerium für Gesundheit,
Ernährung, Pflege und Alter
des Landes Nordrhein-Westfalen

Stiftung
Wahlkreispflege
Bielefeld

Das 3. Erzählcafé: Mittendrin

*Erkennen
ist eine große Leistung
des Geistes.
Anerkennen eine solche
des Herzens.*

Einladung zum Erzählcafé „Unerhörtem Raum geben“,
am Mittwoch, dem 21. Oktober 2015 von 15.00 bis 17.00 Uhr
im AWO-Wohncafé, Am Pfarracker 39, 33611 Bielefeld. Eintritt,
Kaffee und Kuchen sind frei, über Spenden freuen wir uns!

Erleben, dass jemand zuhört, versteht und anerkennt – das ist möglich.
Auch wenn es um sehr belastende, traumatische Erinnerungen geht.

In diesem Erzählcafé berichten drei Frauen von ihren Erfahrungen und davon, wie es möglich ist,
auch „unerhörtem Raum zu geben“. Mit ihnen können Sie anschließend ins Gespräch kommen, sich
in kleinen Runden darüber austauschen, wie es gelingen kann, auch belastende Lebenserfahrungen
und -erinnerungen zu teilen und Trost zu erfahren.

Weitere Fragen beantworten wir gerne telefonisch unter Telefon 0521 / 175476 oder per E-Mail
info@wildwasser-bielefeld.de.

Das Erzählcafé wird im Rahmen des Verbundprojektes
ALTERUNDTRAUMA von **wildwasser** durchgeführt.

AWO ARBEITERWOHLFAHRT
Kreisverband Bielefeld e.V.

Sparkasse
Bielefeld

gefördert von:
Ministerium für Gesundheit,
Sozialpolitik, Pflege und Alter
des Landes Nordrhein-Westfalen

Stiftung
Wohlfahrtsfrage
NW

- **Einstieg über drei Frauen aus der
therapeutisch begleiteten Gesprächsgruppe,
die anhand der Beantwortung von zwei
Fragestellungen den Nachmittag „eröffnet“
haben:**
 1. „Was hat mir bisher in meinem Leben geholfen, mit
den belastenden (Kriegs-) Geschehnissen umzugehen?“
 2. „Was macht es manchmal immer noch schwer?“
- **Anschließend Übergang in Gesprächsrunden**
- **Abschluss im Plenum**



**Mittwoch
21.10.2015
15 - 17 Uhr**

Einladung zum Erzählcafé
Erkennen ist eine große Leistung des Geistes. Anerkennen eine solche des Herzens.
Sprichwort aus Asien

© fotolia/mixity

Unerhörtem Raum geben

