

Wie fange ich die Vergangenheit ein? Wie kann ich mich von ihr befrei'n?

Wie Kriegsenkel_innen mit dem Schreibworkshop „Reise in die Vergangenheit“ ihrer Familiengeschichte und sich selbst näher kommen und dabei aus Traumaschatten treten können.

Diese Masterarbeit stellt einen Schreibworkshop vor, den der Autor für Kriegsenkel_innen entwickelt hat. Die so genannte „Reise in die Vergangenheit“ ist ein Prozess, in dem Kriegsenkel_innen mit einem imaginativen Verfahren in Momente der Familiengeschichte eintauchen und anschließend in drei Stufen (erinnernd, wiederholend und durcharbeitend) darüber schreiben.

Kriegsenkel_innen sind Kinder der Kriegskinder, also derjenigen Menschen, die zwischen 1930 und 1945 in Deutschland geboren sind und die als Kinder im Zweiten Weltkrieg leidvolle bis traumatische Erfahrungen gemacht haben. Ihre Kinder, die etwa zwischen 1960 und 1975 geborenen Kriegsenkel_innen, sind häufig in diesem „Trauma-Schatten“ groß geworden. Oft gab und gibt es in den Familien keine Auseinandersetzung über die Vergangenheit, so dass die Kriegsenkel_innen in einem Nebel tappen, was ihr „Trauma-Erbe“ angeht.

Der Workshop ist ein Beitrag, diesen Nebel zu lichten, sich mit der Familiengeschichte und eigenen Blockaden auseinander zu setzen und neue Perspektiven für das eigene Leben zu entdecken.

Die Arbeit setzt sich mit Forschungen über Kriegskinder und -enkel_innen, mit imaginativen Verfahren und dem heilsamen Schreiben auseinander. Dann stellt sie die Planung, Durchführung und Auswertung zweier Workshops vor. Abschließend zeigt sie einen aus den gewonnenen Kenntnissen heraus entwickelten Methodenkoffer für die „Reise in die Vergangenheit“.