

*Katrin Rohnstock*

## **10 Jahre Erzähl-Salon**

### **Ein Plädoyer für den Erzähl-Salon und ein Aufruf:**

#### **Berlin braucht mehr Räume zum Erinnern**

Alte Menschen erinnern sich gern: „Das Erinnern“, heißt es, „ist das täglich Brot des Alters.“ Und: „Wer sich erinnert, lebt zweimal.“ Je älter ein Mensch wird, umso wichtiger wird das Erinnern.

Doch es gibt in unserer Stadt wenig Raum und Gelegenheit dafür – früher waren es die Nachbarschaften, die Kneipen, die Vereine, die Großfamilien und die Stammtische. Das waren die Orte, an denen erzählt wurde. Heute gibt es viel zu wenige solcher Gelegenheiten. Die Familien treffen sich selten, die Familienfeste sind kurz und oft – wie Weihnachten – spannungsgeladen. Klassentreffen finden nur alle fünf Jahre statt. Informelle Treffen alter Arbeitskollegen sind eine Rarität, die Betriebe kümmern sich nur partiell um die ehemaligen Mitarbeiter. Nach dem Verständnis der meisten Betriebsleiter und Unternehmer gehört dies nicht zur sozialen Aufgabe des Betriebes. (Einige rühmliche Ausnahmen gibt es – zum Beispiel die Berliner Stadtreinigung, wo sich Ehemalige regelmäßig treffen.)

Der Erzähl-Salon bietet ein Ritual, das die Verluste ersetzt. Zehn bis zwölf Leute sitzen in einem gemütlichen Raum beisammen. Anders als beim Erzähl-Café kommt *jeder* zu Wort, der seine Geschichte erzählen möchte. Nacheinander. Einer erzählt länger, dafür der andere kürzer. Keiner wird unterbrochen; wenn einer spricht, sind die anderen aufgefordert zuzuhören. Das fällt den meisten am Anfang schwer. Zuhören ist eine schwere Übung. Kaum einer ist darauf trainiert. Doch wer zuhört, kann damit rechnen, dass auch ihm zugehört wird. Jeder Erzähler hat in Erinnerungen gekramt, was er erzählen könnte. Zum Beispiel zum Thema „Wie ich

mein erstes Geld verdiente“, „Meine erste Wohnung“, „Wie ich meinen Mann kennen lernte“ oder „Mein letzter Arbeitstag“.

Die Themenvielfalt ist riesig: Alltagsthemen, Regionalthemen, Geschichtsthemen: „Bombenangriff in Berlin“, „Wie wir aufs Dorf evakuiert wurden“, „Was ich in der KLV erlebte“, „Als die ‚Russen‘ kamen“, „Zwangsarbeiter“, „Wie ich das Kriegsende erlebte“, „Die Gründung der ...“, „Stromausfall“, „Die ersten Amerikaner“.

Je nach Anlass, Jahreszeit, Erinnerungs- oder Erzähl-Interesse der Teilnehmer und dem Erkenntnisinteresse der Zuhörer ist das Themenspektrum unerschöpflich. Die Titel müssen nur so formuliert sein, dass sie zum Erzählen animieren.

Doch wie kam es zu dieser Idee, warum brauchten wir „Erzähl-Salons“?

Als wir – Rohnstock Biografien – um das Jahr 2001 für die Erfindung unserer Geschäftsidee in den Medien gefeiert wurden, traten häufig alte Menschen an uns heran, die eine interessante Geschichte hatten und von Verwandten und Bekannten hörten: „Das musst du aufschreiben!“ Sie kamen zu uns ins Büro, um ihre Geschichte zu erzählen. Sie erzählten, ich oder eine Mitarbeiterin hörte zu. Eine, zwei, drei Stunden. Danach stellte sich oft heraus, dass sie kein Geld hatten, uns fürs Zuhören, geschweige denn fürs Verfassen der Lebensgeschichte zu bezahlen. Das war ein Dilemma. Denn die Miete und die Löhne mussten schließlich reinkommen in die Kasse. Jeden Monat. Nun wollte ich die Menschen nicht einfach wegschicken, etwa mit den Worten: „Ihr habt kein Geld, dann hören wir euch auch nicht zu.“

Ich wollte ihnen ermöglichen, ihre gute und wichtige Geschichte zu erzählen – ohne dass wir dabei Konkurs gehen. Ich mochte den Geschichten einen Raum geben, aber nicht während unserer Arbeitszeit. Weil unsere Räume damals in der Prenzlauer Allee 217 gutbürgerlich waren, nannten wir die Veranstaltung „Erzähl-Salon“. So entstand ein Veranstaltungsformat, das inzwischen an vielen anderen Orten durchgeführt wurde. Doch der erste Salon existiert noch immer. Seit zehn Jahren lädt die Salonnière Dagmar Steinborn einmal im Monat ihre Erzähler in das Schloss Biesdorf ein und es kommen immer noch die gleichen – bis auf zwei, die völlig

überraschend verstarben. Die anderen erzählten weiter ihre Geschichten, nach dem Tod des einen wählten sie das Thema „Wie mein bester Freund starb.“

Die Erzähler kommen aus Zehlendorf und aus der Karl-Marx-Allee, eine war Sekretärin, der andere Pressefotograf, die dritte arbeitete in einer kleinen Bibliothek. Inzwischen kennen sich die zehn Frauen und zwei Männer besser, als die eigene Familie sie kennt. Zwischen den monatlichen Treffen überlegt jeder, was er beim nächsten Mal erzählen könnte. Sie durchblättern im Geiste ihre Erlebnisse, sie wälzen ihre Erinnerungen. Erinnerungsarbeit im besten Sinne; von Monat zu Monat eine neue Aufgabe – eine neue Herausforderung. Das hält frisch. Über die Jahre haben die Erzähler gelernt, worauf sie achten müssen. Sie haben ein Gespür dafür entwickelt, was eine gute Geschichte ist, wie man den Bogen spannt und wo das Ende ist, das möglichst eine Pointe haben sollte. Sie sind alle besser geworden im Erzählen. Denn Erzählen ist auch Übung, nicht nur Talent. Wer viel erzählt, erzählt meist besser als derjenige, der wenig erzählt. Erzählen kann man regelrecht verlernen – wenn keiner zuhört, wenn man einsam ist. Wer nicht erzählt, hat es schwerer, seine Probleme zu verarbeiten. Sowohl die uralten, unaufgearbeiteten als auch die aktuellen Konflikte. Der Erzähler bearbeitet Ängste, Ärgernisse, Verstörungen, Traumatisierungen – auch aus Kriegszeiten. Gleich, ob der Erzähler während des Krieges schon erwachsen oder noch Kind war. Für beide Generationen ist es existentiell wichtig, die Kriegserlebnisse aufzuarbeiten. Gern auch im Zweiergespräch, mit der Tochter, dem Sohn, noch besser einem Enkel. Wohl dem, der den Luxus eines Zuhörers hat. Doch viele finden keinen Zuhörer. Für sie ist der Salon ein Zaubermittel. Durch das Hören der anderen Erzählungen können die eigenen – oft festgefahrenen Sichten – relativiert werden.

Einmal hatten wir einen Salon mit schlesischen und ostpreußischen Flüchtlingen, die 1945 ihre Heimat verlassen haben, und Yeziden, die in den Achtzigerjahren von Kurden und Türken verfolgt wurden und ihre anatolische Heimat verlassen mussten.

Die Mitwirkenden haben nicht nur erkannt, dass es typische Muster gibt, wenn man seine Heimat verliert, sie haben auch begriffen, dass sie nicht die Einzigen sind, die dieses Schicksal erlitten haben ...

Inzwischen sind an vielen Orten in Berlin Erzähl-Salons durchgeführt worden: In einem kleinen Café in Moabit, auf dem Kulturgut in Marzahn, in einer alten Bäckerei in Pankow, in Seniorenresidenzen, auf der MS Europa, im Hotel „Vier Jahreszeiten“. Manchmal waren die Salons auf eine Anzahl begrenzt, wie der „Exil-Salon“, den wir im Hotel „Adlon“ anlässlich des 60. Jahrestags des Holocaust durchführten.

Manchmal sind sie nach ein oder zwei Jahren wieder eingeschlafen – weil die Salonnière ausfiel, der Raum anderweitig gebraucht wurde, das Café schloss oder der Hotelier wechselte.

Doch immer wenn Menschen beieinander sitzen, einander zuhören und Geschichten erzählen – gleich, welchen Alters, welchen Milieus, welchen Bildungsgrades –, entsteht eine wunderbare, anregende, persönliche, erkenntnisreiche Atmosphäre.

In den ersten Jahren des Erzähl-Salons leiteten Autobiografiker und Lektoren von Rohnstock Biografien die Veranstaltungen – als Salonnières. Doch irgendwann reichten unsere Kapazitäten nicht mehr aus für die Möglichkeiten, die sich auftaten. Deshalb entwickelten wir eine Ausbildung für Salonnières, die wir nicht nur in der Volkshochschule Mitte und neuerdings auch in der VHS Steglitz-Zehlendorf anbieten. Längst bilden wir auch Salonnières im Auftrag von Institutionen aus. Zum Beispiel für die Mehrgenerationenhäuser und für eine bundesweite Kette von Pflegeheimen. Neben dem theoretischen Hintergrund, den wir über das Erzählen und Erinnern sowie über verschiedene Erzähl-Formate vermitteln, sind die zukünftigen Salonnières selbst Teilnehmer eines Erzähl-Salons. Bei den Altenpflegern, die wir schulten, erzählte eine Kursteilnehmerin von ihren Eltern: Wie aus heiterem Himmel schoss es aus ihr heraus, dass sich ihre Eltern immer streiten, dass sie einander aufgegeben haben, dass der Vater nur am Fenster steht und die Mutter ihn nicht mehr

auf die Straße bekommt ... Sie erzählte unverblümt, frei von der Leber weg, als wäre ein Knoten geplatzt.

Zwischendurch versuchten andere, die Frau in ihrem Erzählfluss zu unterbrechen. Durch eine Handbewegung gab ich ihnen zu verstehen: Jetzt nicht! So arbeitet unser Gedächtnis: Wir hören etwas und verknüpfen es mit unserem Erfahrungsschatz. In den üblichen Alltagsgesprächen unterbrechen wir den Erzähler rücksichtslos und schieben unsere eigenen Geschichten, Erfahrungen, Ansichten wie einen Balken in den Erzählfluss, sodass der Erzähler meist nicht dazu kommt, seine Geschichte zu Ende zu erzählen – den Bogen zu schließen und die Botschaft, die ihn zum Erzählen trieb, in Worte zu fassen –, sozusagen: in eine erste Fassung zu bringen. Doch das ist für die Verarbeitung der Geschichte wichtig. Nachdem die junge Frau geendet hatte, fragte ich die anderen Teilnehmer, ob sie über ihre Eltern erzählen möchten. Denn ich konnte an der Unruhe der Füße, dem Zappeln der Knie, dem Drehen der Daumen bemerken, wie viel Energie dieses Thema freisetzt. Ich spürte, dass die anderen ihre Erfahrungen ebenso mitteilen wollten.

Also gab ich die Regeln bekannt: Es wird nur hintereinander erzählt, keiner unterbricht den Erzählenden, jeder darf seine Geschichte erzählen, nur die Zeit ist begrenzt – in diesem Fall, innerhalb des Seminars für Demenzbetreuer, auf eine Stunde. Es klappte wunderbar, alle redeten diszipliniert. Sie erzählten Geschichten von ihren Eltern. Und staunten, wie unterschiedlich und doch ähnlich die Probleme sind. Bis weit über die Pause entstand ein Austausch. Die Mitarbeiter freuten sich, dass es ein Seminar gab, in dem auch für ihre Belange und Interessen Raum war. Und nicht nur das: Die Teilnehmer lernten sich besser kennen als durch alle bisherigen Teambildungsmaßnahmen.

Um noch ein Beispiel darzustellen: Zu seiner Jugendweihe wünschte sich mein Sohn, dass die „Alten“ erzählen, wie sie erwachsen wurden. Er schrieb die Einladungen per Hand und teilte seinen Großeltern, Tanten und unseren Freunden mit, dass sie ihm ihre Geschichte erzählen mögen – allerdings maximal sieben Minuten lang. Freilich, die vorgegebene Redezeit einzuhalten, war schwierig. Wir hörten drei, eher vier

Stunden spannende Geschichten. Alle hörten gebannt zu: schmunzelnd, erstaunt, betroffen, lachend. Es war ein traumhafter Nachmittag, an dem wir uns neu kennen lernten – und der Sprössling die Gewissheit bekam, dass die Alten in ihrer Jugend genauso viel Unsinn getrieben und es genauso schwer gehabt hatten wie er selbst.

Der Erzähl-Salon ist ein Zaubermittel, wenn sich jeder an die Regeln hält. Dazu gehört, dass der jeweilige Erzähler nicht unterbrochen, dass die Geschichte nur wohlwollend kommentiert und die Zeit eingehalten wird ...

Natürlich gleicht nicht jeder Salon dem anderen und es werden nicht jedes Mal Geschichten erzählt, die bis ans Lebensende in Erinnerungen bleiben. Vor allem hängt es von der Salonnière ab, welche Atmosphäre entsteht. Meist sind es Frauen, die einen Salon leiten möchten; ganz in der Tradition von Rahel Varnhagen und Bettina von Arnim. Überall gibt es diesen Typ Frau, der als Salonnière geeignet ist: Mütterlich, selbstbewusst und klug hält sie die Zügel in der Hand, um eine Gesellschaft zu leiten. Wie jede gute Gastgeberin hat sie ein Gespür für ihre Gäste und für Themen, die die Gäste herausfordern. Sie ist souverän, kreativ und managt die Geschicke. Dieser Frauentyp, der genauso eine Galerie leiten, eine Kneipe managen, einen Hof oder ein Hotel führen kann – dieser Frauentyp kann in unseren Seminaren das Know-how für Aufbau, Pflege und Gestaltung eines Erzähl-Salons erwerben. Inzwischen haben wir über hundert Salonnières ausgebildet, die an vielen Orten Salons initiieren und veranstalten können.

Der Erzähl-Salon ist ein ausgezeichnetes Veranstaltungsformat, um Generationen zueinander zu bringen – wie es die Mehrgenerationenhäuser als Aufgabe haben; er ist das ideale Mittel zur Bereicherung des Alltags in Seniorenfreizeitstätten, Alten- und Pflegeheimen. Auch für Demenzkranke ist er eine wunderbare Möglichkeit, an vorhandene Ressourcen anzuknüpfen. Denn das Langzeitgedächtnis ist lange noch intakt und wenn es angefragt wird – was nur selten geschieht – können ungeahnte Erinnerungsreichtümer zutage befördert werden. Erinnern ist ein erfreuliches Erlebnis für den an Demenz Erkrankten, denn er kann sich beteiligen, er kann wieder teilhaben, er hat ein Erfolgserlebnis in der Reihe von permanenten Misserfolgen. Ich

vermute sogar, wenn Demente regelmäßig erzählen können, werden sie umgänglicher, zugänglicher.

Ich habe mit einer demenzkranken Frau drei Wochen in einem Zimmer im Krankenhaus gelegen. Wir verstanden uns gut.

Jeden Morgen fragte sie mich: „Entschuldigung: Kennen Sie sich hier aus?“

„Ja.“

„Können Sie mir sagen, wo die Post ist?“

„Da müssen Sie die Prenzlauer Richtung Alex laufen, an der Ecke Marienburger befindet sich die Post. Das ist ein bisschen weit zum Laufen. Besser, Sie nehmen die Straßenbahn.“

„Ja, vielen Dank, das werde ich tun.“

Am nächsten Morgen: „Entschuldigung: Kennen Sie sich hier aus?“

„Ja.“

„Können Sie mir sagen, wo die Post ist?“

„Da müssen Sie die Prenzlauer Richtung Alex laufen, an der Ecke Marienburger befindet sich die Post. Das ist ein bisschen weit zum Laufen. Besser, Sie nehmen die Straßenbahn.“

„Ja, vielen Dank, das werde ich tun.“

Ich öffnete das Fenster. Sie bekam schlechte Laune, weil ihr kalt wurde. Ich fragte sie: „Wie war das noch mal? Wie haben Sie Ihren Mann kennen gelernt?“ Und sofort erhellte sich ihr Gesicht, sie straffte ihr Rückgrat: „Ja, mein Mann arbeitete bei der Post und ich trug die Briefe aus ... So lernten wir uns kennen.“

Wenn ich wollte, dass sie den Fernseher ausstellt, fragte ich, wie sie nach Dresden gekommen war, nach dem Bombenangriff, den sie von Riesa aus erlebte. Da verdunkelte sich ihr Gesicht, sie konzentrierte sich und erzählte von dem lodernden, knallroten Himmel ... Kein Gedanke mehr ans Fernsehen.

Freilich verwechselte sie ihren Mann mit ihrem Sohn und ihrem Bruder, wie meine Gespräche mit ihrem Sohn ergaben. Aber darauf kam es nicht an. Mir war es wichtig, mit ihr umzugehen. Wenn ich ihre Erinnerungen animierte, hatte ich die besten Karten bei ihr. Seit diesem dreiwöchigen Intensiv-Erlebnis vermute ich, dass Demente, die regelmäßig erzählen oder einen Erzähl-Salon besuchen, wesentlich ausgeglichener sind. Ich bin überzeugt, dass Demenz erträglicher wird, für den Betroffenen wie für sein Umfeld, wenn er sich erinnern und erzählen kann.

Ich vermute sogar, dass jemand, der viel erzählt, ein kleineres Demenzrisiko hat. Es wäre dringlich durch wissenschaftliche Untersuchungen diese Vermutungen zu prüfen. In Kürze werden wir mit der Neuropsychologin Stefanie Rössler einen Erzähl-Salon auf der Geriatriischen Station im Vivantes Klinikum Prenzlauer Berg veranstalten und laden dazu auch Menschen aus der Umgebung ein.

Sicher gibt es bereits andere Erinnerungstherapien in der Demenzarbeit. Doch ich glaube, der Erzähl-Salon ist wirkungsvoll. Weil er zum Erzählen von Geschichten animiert. Eine Geschichte hat eine bestimmte Textstruktur, eine Logik, die Sätze sind aufeinander aufgebaut. Eine Geschichte ist eine Geschichte, weil sie einen Konflikt und eine Lösung behandelt. Sie wird erzählt, um dem Konflikt auf die Schliche zu kommen, um ihn zu bearbeiten, letztlich um ihn zu bewältigen. Und dies brauchen demente wie geistig fitte Menschen.

Erzähl-Salons können auf den geriatrischen Stationen nicht nur Krankenschwestern und in den Heimen Altenpfleger entlasten, sie können auch Nachbarschaftsbeziehungen stiften. Zwischen Alt und Jung. Da sind die vielen alten Menschen, für die das Erzählen ein Grundbedürfnis ist. Wen könnten ihre Geschichten interessieren, wer will sie hören, wer möchte Kontakt zu ihnen, wer fühlt sich bei ihnen wohl und geborgen, wer möchte Beziehungen mit ihnen aufbauen? Zum Beispiel Schlüssel-Kinder, alleinerziehende Mütter, einsame Männer, neu Zugezogene auf der Suche nach der Geschichte des Kiezes.

Das wird in jedem Salon unterschiedlich sein. Jeder Salon muss sich selbst finden – entsprechend der Interessen seiner Teilnehmer. Diese herauszuspüren und zu

bedienen, ist die Aufgabe der Salonnière. Zwölf Erzähler sind optimal. Dann kann jeder zu Wort kommen. Vielleicht begreifen die Teilnehmer dadurch, warum eine Konstellation so und nicht anders ist, warum die Straße so verläuft, die Bäume dort stehen und der Pfarrer rückwärts in die Kirche geht. Vielleicht erfährt ein Teilnehmer auf diese Weise, dass es auf einem Boden noch ein Spinnrad gibt, das eine junge Frau schon lange bedienen möchte, oder eine alte Schreibmaschine, oder dass einer vor Jahren begonnen hatte, die Kiez-Fotos zu sammeln. Die Alten könnten die Jungen einladen, die Kiez-Geschichte(n) zu hören. Oder die Jungen laden die Alten ein ... Wenn die Alten nicht nur erzählen, sondern auch etwas über die Jungen erfahren wollen, wenn sie zum Beispiel auf der Suche nach Wahl-Enkeln sind, weil ihre eigenen Enkel zehn oder fünfhundert Kilometer weit weg wohnen oder sie gar keine haben, dann sollten die Themen so gestrickt sein, dass auch die Jungen erzählen, was sie bewegt, was sie sich wünschen, was ihre Träume sind. Doch gemacht, nicht alles auf einmal, sondern Schritt für Schritt! Die Jungen und die Alten – langsam lernen sie einander kennen und begreifen.

Höre ich schon das Jammern: „Aber wo sollen wir das machen, wer hilft uns, wer gibt uns einen Raum?“ Die Antwort ist einfach: In Nachbarschaftszentren, Altenheimen, Seniorenresidenzen, Kirchengemeinden, Ruderklubs. Und wenn da gar nichts geht, im Garten oder Wohnzimmer.

Vielleicht entdecken die Erzähler gemeinsame Interessen und werden gemeinsam aktiv. Der Erzähl-Salon als Auslöser für soziales, gemeinschaftliches Handeln.

Ist das blauäugig?

Der Erzähl-Salon hat viele Potenziale. Ich würde mich freuen, wenn dieser Artikel dazu beitragen konnte, sie zu entdecken.

Berlin, den 4. September 2011