

„Es hilft, die Gefühle zu ordnen“

BZ-INTERVIEW mit Jutta Jäger-Schenk vom Deutschen Tagebucharchiv in Emmendingen über das Tagebuchschreiben in der Krise

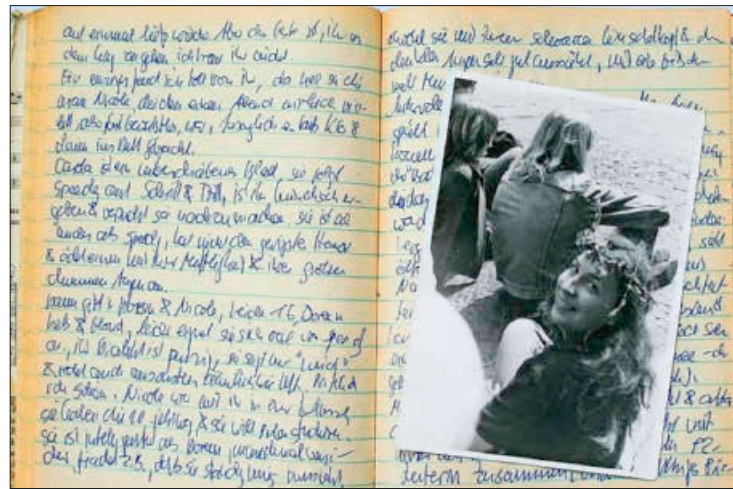
Wer sich sowieso gern Notizen über sein Leben macht, tut es derzeit vermehrt. Psychologen empfehlen das Schreiben zur Angstbewältigung. In Podcasts und Onlineausgaben von Zeitungen gibt es das „Corona-Tagebuch“ als Rubrik. All das zeigt: Tagebuchschreiben nimmt in Krisenzeiten zu. Sigrun Rehm sprach mit der Kulturwissenschaftlerin Jutta Jäger-Schenk vom Deutschen Tagebucharchiv in Emmendingen (DTA) über das Phänomen.

BZ: Frau Jäger-Schenk, erlebt das Tagebuchschreiben einen kleinen Boom?

Jäger-Schenk: Das ist schon länger der Fall und wird unter anderem durch den Trend zur Selbstoptimierung befördert, den man in der Gesellschaft beobachten kann, und der auch die sogenannten Glückstagebücher hervorgebracht hat, in die man einträgt, was einen bewegt. Die Corona-Krise verstärkt diesen Trend zusätzlich, weil sie äußere Reize reduziert, das Leben verlangsamt, uns verunsichert und auf uns selbst zurückwirft. In dieser Situation erleben viele traditionelle Formen der Kommunikation ein Revival: das Telefon, der Brief und eben auch das Tagebuch.

BZ: Wird in Krisen grundsätzlich mehr Tagebuch geschrieben?

Jäger-Schenk: Ja, das kann man beobachten. Viele Menschen schreiben sogar ausschließlich in persönlichen Krisenzeiten oder in Ausnahme- und Umbruchsituationen. Kriegstagebücher, Reisetage-



Wie 1989 der Mauerfall in diesem Tagebuch wird vermutlich auch die Corona-Krise in viele Tagebücher Eingang finden. FOTO: GERHARD SEITZ

gebücher, Trennungs-, Krankheits- und Therapietagebücher sind eigene Gattungen. Für andere Menschen hingegen ist das Tagebuch ein lebenslanger Alltagsbegleiter im Sinne einer Chronik der Ereignisse, aber auch sie schreiben in Krisenzeiten oft mehr als normalerweise.

BZ: Was ist der Grund?

Jäger-Schenk: Tagebuchschreiben bietet die Möglichkeit, seine Gefühle, Gedanken und Erlebnisse zu ordnen, aufzuarbeiten, loszulassen und sich neu zu orientieren. Es dient der Selbstvergewisserung und lässt einen inneren Raum

entstehen, in den man sich zurückziehen kann. Dieses Bedürfnis, aufzuräumen, Altes wegzuworfen und Neuem Platz zu geben, haben im Moment offenbar viele – ob sie nun eher Keller und Dachboden entrümpeln und in den Baumarkt gehen oder eben Tagebuch schreiben.

BZ: Wer vor allem schreibt Tagebuch?

Jäger-Schenk: Im Archiv haben wir mehr männliche als weibliche Tagebuchschreiber, aber das liegt vor allem an den Gattungen Kriegstagebücher, Feldpostbriefe und Memoiren, die fast ausschließlich von Männern stammen. Die meisten Autoren klassischer Tagebücher sind jedoch Frauen. Was das Alter angeht, so ist die Jugend eine Zeit, in der viel Tagebuch geschrieben wird, ebenso sind es Krisen

wie etwa eine Scheidung und dann das Alter, in dem man sich erinnert und möglicherweise eine Autobiografie verfasst.

BZ: Werden viele von denen, die jetzt während der Corona-Krise mit Tagebuchschreiben beginnen, dabei bleiben, wenn der Ausnahmezustand vorbei ist?

Jäger-Schenk: Das hängt davon ab, ob man Freude daran gewinnt und merkt, dass es einem gut tut, sonst verliert es sich wieder oder pausiert vielleicht bis zur nächsten Krise. Schreiben kann eine persönliche Ausdrucksform sein wie Musizieren, Sport, Malen oder Handarbeiten. Viele erleben es als wohltuend, einfach losschreiben und den eigenen Gedanken folgen zu können, ohne äußeren Zweck, ohne urteilende Instanz.

BZ: Wird „Corona“ später ein Schlagwort sein wie „Zweiter Weltkrieg“ oder „Mauerfall“, unter dem man im DTA nach Ego-Dokumenten forschen kann?

Jäger-Schenk: Mit Sicherheit wird dieses Schlagwort in unsere Datenbank Eingang finden. Es gibt einfach Momente, die auch Menschen stark bewegen, die sonst keine gesellschaftspolitischen Ereignisse in ihren Tagebüchern erwähnen, Schnittstellen, an der sich äußere Ereignisse und innere Erlebnisse berühren. 1986 war es das Atomunglück in Tschernobyl, 1989 der Mauerfall, Anfang der 1990er-Jahre der Golfkrieg, 2001 der 11. September. Vermutlich wird auch die Flüchtlingssituation 2015 zu diesen Ereignissen gehören, ganz sicher aber die Corona-Krise.

Jutta Jäger-Schenk (50) ist Kulturwissenschaftlerin und arbeitet im Deutschen Tagebucharchiv in Emmendingen.



Jutta Jäger-Schenk