



**TOG**  
**BERLIN**  
[04] 2021

**ENTERTAINMENT ERLEBEN UND SHOPPEN IN BERLIN**

# 5 FRAGEN AN MICHAELA FRÖLICH



## **Ist es nicht schon zu spät „Familiengeschichten“ für die Nachwelt zu bewahren?**

Genau jetzt ist ein guter Zeitpunkt gekommen, zurückzublicken und Erinnerungen festzuhalten, da sich unsere Welt so rasant verändert. Wir können nur ahnen, wie sich unser Leben und unser Familienleben in 20 oder gar 50 Jahren gestalten werden. Bereits jetzt ist es doch so, dass sich Kinder und Jugendliche gar nicht mehr vorstellen können, dass ihre Eltern ohne Handys und Computer aufgewachsen sind, und was dies für den Umgang mit- und untereinander bedeutet hat.

Um nur ein Beispiel zu nennen: Wenn sich junge Menschen früher auf eine Reise begeben haben, erreichte die Eltern keine SMS, wenn sie gut angekommen waren, und schon gar nicht war es möglich, ein Video-Telefonat zu führen, um sich über eine große Distanz nah zu sein. Ich erinnere mich zum Beispiel noch daran, wie ich in Griechenland in den 80er Jahren eine halbe Stunde vor einer Telefonzelle warten musste, um nach Hause telefonieren zu können; in der kleinen Küstenstadt gab es nur einen öffentlichen Münzsprecher und allabendlich, weil es abends billiger war zu telefonieren, bildete sich eine lange Schlange vor dem Telefonhäuschen. Das ist heute undenkbar.

## **Sagt der aktuelle Buchtitel nicht schon alles über die Familien-Wertigkeit aus?**

Der Buchtitel „Familiengeschichte schreiben... für Dummies“ erscheint mir neutral und ermuntert im besten Falle dazu, sich der eigenen Familie und damit seiner Herkunft bewusst zu werden. Wer weiß, woher er kommt, stärkt seine Identität und sein Selbstbewusstsein. Das ist in unserer sich stark verändernden Welt ein wichtiges Gut, denn Wurzeln geben Halt.

## **Was macht Familie in der heutigen Zeit aus?**

Der Wert einer Familie besteht auch heute noch darin, als System zusammenzuhalten. Wärme, Nähe und Geborgenheit zu erfahren, ist für jedes Kind wichtig, genauso wie stabile Bindungen und feste Bezugspersonen zu haben. Das ist in einer kleinen Familie genauso wie in einer großen. Die Mehrheit junger Menschen wünscht sich, selbst eine Familie zu gründen, ein „Netzwerk“ zu bilden, das zusammenhält, das sich gegenseitig unterstützt, einen Raum zu schaffen, in dem es ganz selbstverständlich ist, füreinander da zu sein, zu lieben und geliebt zu werden.

## **Warum gehen unsere Familienwerte immer mehr verloren?**

Ich weiß nicht, ob Familienwerte verloren gehen können. Wir alle werden in Familien hineingeboren, wachsen mit wenigen Ausnahmen in einer Familie auf und gründen ebenso eine eigene Familie. Welche Werte wir von unserer Herkunftsfamilie bewahren und zu unseren eigenen machen, hängt sicher davon ab, wieviel Geborgenheit, Halt und Orientierung wir beim Heranwachsen erfahren haben. Natürlich gibt es heute sehr viel mehr als früher Zugang zu anderen Lebenswelten und damit auch zu anderen Wertesystemen. Durch die neuen Medien ist die Welt ein Dorf geworden, wir können jederzeit auf andere Kontinente blicken, andere Traditionen und damit auch andere Lebensphilosophien wahrnehmen. So ist es für Eltern heute schwerer, aus dem was sie von der Herkunftsfamilie mitbekommen haben, dem was ihnen in Schule und Gesellschaft entgegengebracht worden ist, dem was sie über Filme oder soziale Medien aufgenommen haben, ein eigenes Wertesystem zu entwickeln, dies zu leben und weiterzuermitteln. Das umso mehr in einer Welt, die durch den Klimawandel und aktuell durch die Pandemie ein globales Umdenken erfordert und zwar von jedem Einzelnen.

## **Warum soll man sich Dein neuestes Buch kaufen und was wird sich dann ändern?**

Das Buch hilft allen, die mit dem Gedanken spielen, im Rückblick auf das eigene Leben zu schauen. das Familienleben zu reflektieren, Erinnerungen an wichtige Lebensbegleiter zu wecken, Geschichten zu entdecken und aufzuschreiben. Das können einzelne Schlüsselerlebnisse sein, bestimmte Lebensphasen, die bedeutsam in der Lebensentwicklung waren oder auch das gesamte Leben, um zu bilanzieren, was gelungen ist, was vielleicht auch fehlte. Wer über das eigene Leben oder die Familie schreibt, erlebt ja vieles in der Erinnerung noch einmal, das hilft zu verarbeiten, was geschehen ist, loszulassen, was hinter einem liegt und auch wertzuschätzen, was einem alles im Leben geschenkt worden ist. Das macht frei für die Gegenwart und setzt Kapazitäten frei, sich weiterzuentwickeln und die Zukunft zu schauen.

Wer über die Familie schreibt, schreibt immer auch über sich selbst.

## **FAMILIENGESCHICHTEN SCHREIBEN FÜR DUMMIES**

Michaela Frölich  
(Wiley)

Die spannendsten Geschichten schreibt immer noch das Leben selbst und nicht der Drehbuchautor. Wenn man sich diese Weisheit einmal vor Augen führt und das richtet sich vor allem an die jüngeren Generationen, dann wird einem vielleicht bewusst was in einem selbst und seiner Geschichte steckt. So manch einer hat eventuell eine Berühmtheit in der Familienlinie, eine Hexe oder einen Ritter. Vielleicht gibt es auch eine dunkle Verbindung oder eine Geschichte die schon einmal verfilmt wurde. Aber man muss gar nicht so weit ausholen, sondern sollte damit beginnen die eigenen Jahrzehnte aufzufangen, die man erlebt hat und garantiert: jeder hat etwas erlebt und viel zu erzählen.



Autorin Michaela Frölich hilft und setzt genau dort mit ihrem Buch an, die eigenen Geschichten zu erkennen, aufzubereiten und der Nachwelt und der eigenen Familie mehr Einblick zu verschaffen, das Besondere sichtbar zu machen oder einfach nur ein paar lustige Anekdoten zu offenbaren. Nicht nur in Zeiten von Corona gibt es viel Zeit zum nachdenken, auch sonst sollte man sich die Zeit nehmen und notieren – festhalten. Ein hilfreiches, aber auch wichtiges Buch, um jedem zu zeigen wie wichtig er in diesem Leben ist und welche Rolle ihm zuteil geworden ist.

www.fuer-dummies.de