

Das Wissen

Tagebücher – Warum wir sie schreiben und wie die Forschung sie nutzt

Von Sophie Noël

Sendung vom: Samstag, 12. Oktober 2024, 8:30 Uhr

Redaktion: Charlotte Grieser

Regie: Andrea Leclerque

Produktion: SWR 2024

Menschen schreiben Tagebuch, um Erinnerungen festzuhalten oder Belastendes zu verarbeiten. Die Einträge sind für Historiker authentische Quellen.

Das Wissen können Sie auch im **Webradio** unter [swrkultur.de](https://www.swr.de/swrkultur.de) und auf Mobilgeräten in der **SWR Kultur App** hören – oder als **Podcast** nachhören:

<https://www.swr.de/swrkultur/programm/podcast-swr-das-wissen-102.html>

Bitte beachten Sie:

Das Manuskript ist ausschließlich zum persönlichen, privaten Gebrauch bestimmt. Jede weitere Vervielfältigung und Verbreitung bedarf der ausdrücklichen Genehmigung des Urhebers bzw. des SWR.

Die SWR Kultur App für Android und iOS

Hören Sie das Programm von SWR Kultur, wann und wo Sie wollen. Jederzeit live oder zeitversetzt, online oder offline. Alle Sendung stehen mindestens sieben Tage lang zum Nachhören bereit. Nutzen Sie die neuen Funktionen der SWR Kultur App: abonnieren, offline hören, stöbern, meistgehört, Themenbereiche, Empfehlungen, Entdeckungen ...

Kostenlos herunterladen: <https://www.swr.de/swrkultur/swrkultur-radioapp-100.html>

MANUSKRIFT

Musikakzent

Sprecherin:

Tagebucheinträge sind eine besondere Textform. Sie verkapseln aufgrund ihrer Datierung Gedanken zu einem bestimmten Zeitpunkt, ohne dass die Person selbst weiß, wie ihr Leben weiter geht. Das macht Tagebücher zu einem spannenden Werkzeug. Zum einen, um als schreibende Person die eigenen Gedanken festzuhalten, zum anderen, um als außenstehende Person Erkenntnisse über historische Ereignisse zu gewinnen. Tagebücher dienen Privatpersonen als Raum zur Begegnung mit sich selbst, sind wichtige Quellen der Geschichtswissenschaft und finden als Reflexionswerkzeug in der Psychotherapie Gebrauch.

Ansage:

Tagebücher – Warum wir sie schreiben und wie die Forschung sie nutzt. Von Sophie Noël.

Atmo 01: Eleonore Meyer schenkt Wasser ein

Sprecherin:

Das Wissen ist zu Besuch bei Eleonore Meyer. Die 81-Jährige lebt mit ihrem Mann am Fuß der Schwäbischen Alb. Erst in ihrer Rentenzeit entdeckte sie für sich das Tagebuchschreiben, als 2020 die Corona-Pandemie ihren Alltag auf den Kopf stellte. Zwei Jahre lang hat sie täglich geschrieben, inzwischen eher unregelmäßig.

O-Ton 01 Eleonore Meyer, Rentnerin:

Diese Coronazeit war schon prägend, dass man einfach mehr Zeit hatte. Dann wars eine Zeit, die man einfach nutzen konnte für solche Dinge.

Sprecherin:

Eleonore Meyer hält vor allem die politische Lage fest:

O-Ton 02 Eleonore Meyer:

Sowas hab' ich auch mein ganzes Leben noch nicht erlebt – und da hab' ich gedacht, jetzt fang ich an, jeden Tag mal ein bissl was aufzuschreiben, um später vielleicht auch wieder das lesen zu können. Man vergisst ja sehr schnell.

Sprecherin:

Ehrenamtlich hat sie viel Erinnerungsarbeit mit demenzkranken Menschen gemacht. Unter anderem als Vorsitzende der Arbeitsgemeinschaft für Bürgerliches Engagement und Seniorengenossenschaften in Baden-Württemberg erlebte sie, wie wichtig Erinnerungsstücke sein können.

O-Ton 03 Eleonore Meyer:

Vielleicht kann ich's sogar so sagen, dass ich's inzwischen etwas bedauert habe, dass ich in jungen Jahren kein Tagebuch geführt habe, weil es gibt einem doch sehr

viel, muss ich sagen. Und ich könnte mir vorstellen, dass ich da doch noch einiges hätte, was ich dann lesen könnte.

Sprecherin:

Die 19-jährige Lea Scholtys hingegen, hat als Jugendliche angefangen. Seit sechs Jahren schreibt sie regelmäßig Tagebuch. Zunächst vor allem, um Erinnerungen festzuhalten.

O-Ton 04 Lea Scholtys, Studentin:

Früher als ich angefangen habe, Tagebuch zu schreiben, hab' ich mich teilweise tatsächlich auch dazu gezwungen zu schreiben, weil ich Angst sozusagen vor dem Vergessen hatte, dass ich Dinge vergesse, die mir vielleicht am Ende doch wichtig wären, zu erinnern.

Sprecherin:

Heute ist das nicht mehr so. Zunehmend betrachtet die Studentin das Tagebuch als Werkzeug, um kreativ zu schreiben, um sich selbst zu begegnen und:

O-Ton 05 Lea Scholtys:

Es ist vielleicht auch 'ne Form der Verarbeitung. Menschen verarbeiten ja Erlebnisse und Gedanken ganz unterschiedlich und ich denke das Tagebuch ist für mich auf jeden Fall in seiner schriftlichen Form, 'ne Form der Verarbeitung.

Sprecherin:

Das ist bei Eleonore Meyer auch so:

O-Ton 06 Eleonore Meyer:

Ich schreib' Dinge, die mich bedrücken oder die mich bissl belasten, die schreib' ich gerne auf und schreib' sie mir von der Seele.

Musikakzent

Sprecherin:

Es gibt sehr viele Tagebuchformen – angefangen mit dem klassischen Heft oder Notizbuch, das man für sich selbst schreibt, über Schulklassentagebücher bis hin zu Marktanalyseinstrumenten **(1)**. In dieser Sendung von *Das Wissen* geht es um Tagebücher, die Privatperson für sich selbst führen. Hier ist das Schreiben oft zugleich Erinnerungs- und Verarbeitungsprozess **(2)**. Es kann sogar heilend wirken.

Das erlebt Lisa Goldschmidt als Lyrikerin und Psychotherapeutin in Ausbildung.

O-Ton 07 Lisa Goldschmidt, Lyrikerin und Psychotherapeutin in Ausbildung:

Jedes künstlerische Medium war für mich eine Form des Ausdrucks und der Verarbeitung. Im und durch das Schreiben, konnte ich die Erfahrung machen, dass etwas, das mir widerfahren ist, aktiv genutzt, gestaltet und transformiert werden kann. Was für mich eine zutiefst heilsame Erfahrung ist.

Sprecher:

Beim Schreiben werden Gedanken aufs Papier gesetzt und aus 30 Zentimetern Entfernung wahrgenommen. Dieses Distanzieren kann die Perspektive schon ändern, erklärt Goldschmidt.

O-Ton 08 Lisa Goldschmidt, Lyrikerin und Psychotherapeutin in Ausbildung:

Seit es die Literatur gibt, existiert die Idee, dass sie Heilkräfte besitze. Erste Hinweise finden sich bereits um 4.000 vor Christus. Im alten Ägypten sollen Leidende dazu angehalten worden sein, ihre Beschwerden auf Papyrus festzuhalten, das Schriftstück in eine Flüssigkeit aufzulösen und diese dann zu trinken. Und die so einverleibten Worte sollen zur Heilung beigetragen haben. Ich fand das eine unwahrscheinlich poetische Vorstellung. Später haben dann Autoren wie Seneca oder Augustinus Trostbriefe verfasst, nicht nur zur eigenen Entlastung, sondern auch für Menschen in Not. Und nicht nur Dichter, sondern später auch PsychiaterInnen und PsychologInnen haben erfahren, dass das Verschriftlichen von aufwühlenden Ereignissen und Erlebnissen heilsam sein kann.

Sprecherin:

Als eigene therapeutische Methode in der Psychotherapie ist das Schreiben noch recht jung. In den 1960er-Jahren erfährt die sogenannte *Poetry Therapy* in den USA institutionell einen immer höheren Stellenwert. In den 1980er-Jahren verbreitet sich die Poesietherapie auch im deutschsprachigen Raum, durch Pioniere wie Ilse Orth und Hilarion Petzold (3). Die Schreibtherapie gehört nicht zu den klassischen Psychotherapieschulen wie etwa die Verhaltenstherapie oder Analytische Psychotherapie, sondern zählt wie die Kunsttherapie zur expressiven und kreativen Therapieform (4). Auch die Schreibübungen variieren. Eine Methode ist das Automatische Schreiben, bei dem man einfach drauflosschreibt, was einem durch den Kopf geht. Ähnlich wie beim Tagebuch. Lisa Goldschmidt:

Musikakzent**O-Ton 09 Lisa Goldschmidt:**

Die Grenzen zum Therapeutischen Schreiben lassen sich allgemein nur schwer ziehen beziehungsweise verorten. Sofern eine Person das Tagebuchschreiben als heilsam erlebt, kann es unter die Kategorie des Therapeutischen Schreibens fallen. Ich schreib natürlich dann nicht, um mich selbst zu therapieren, aber in gewisser Weise, therapiert mich das Schreiben, könnte man fast sagen.

Sprecherin:

Aber warum ist das so? Als einen Grund nennt Lisa Goldschmidt die Distanzierung von den eigenen Gefühlen und Gedanken während des Schreibens. Plötzlich werden sie in ein Medium übertragen und wir sehen sie wortwörtlich mit Abstand vor uns. So können wir durch das Aufschreiben selbstwirksam werden.

O-Ton 10 Lisa Goldschmidt:

Alles, was man erlebt, das kann aktiv genutzt, gestaltet und transformiert werden. Ich kann etwas als wirksam erleben. Ich resigniere ja nicht und das kann an sich schon eine heilsame Erfahrung sein.

Sprecherin:

Aber: Gerade beim Verarbeiten von traumatischen Belastungen sollte man vorsichtig sein (5).

O-Ton 11 Lisa Goldschmidt:

Therapeutisches Schreiben kann natürlich sehr anstrengend und auch emotional stark fordernd sein, wenn nicht überfordernd, beispielsweise wenn man sich mit schwierigen, traumatischen oder unbewältigten Ereignissen im Schreiben konfrontiert. Wer also beim Schreiben von unangenehmen Gefühlen überflutet wird und nicht mehr die Kontrolle über seine Wörter oder Sätze hat, sollte meines Erachtens abbrechen. Das kann natürlich vor allem der Fall sein bei Menschen, die unter einer psychischen Störung leiden, wie schweren Depressionen, Posttraumatischen Belastungsstörung oder Traumafolgestörung und deshalb kann die Einbettung in einen therapeutischen Rahmen hier sinnvoll sein.

Sprecherin:

Insgesamt kann das Schreiben aber beruhigend wirken (6) – nicht nur psychisch, sondern auch körperlich.

O-Ton 12 Lisa Goldschmidt:

Auf einer körperlichen oder mehr physiologischen Ebene lässt sich sagen: Wenn wir während oder nach dem Schreiben entspannen können, aktiviert und stärkt es natürlich auch körpereigene positive Prozesse. Also das parasympathische Nervensystem wird aktiviert, das ist also der Teil des vegetativen Nervensystems, der für Erholung und Regeneration zuständig ist, das Stresshormon Cortisol verringert sich in seiner Konzentration, Herzfrequenz und Blutdruck werden gesenkt und auch das Immunsystem kann auf diese Weise gestärkt werden.

Musikakzent**Sprecherin:**

Das klassische Tagebuch bietet einen Raum, um negative Gedanken zu verarbeiten, aber auch um sich mit positiven Gedanken, Visionen und Inspirationen zu befassen. Ein klassisches Beispiel hierfür ist das Dankbarkeitstagebuch, in dem man jeden Tag notiert, wofür man im eigenen Leben dankbar ist. Gerade, wenn unangenehme Weltgeschehen wie Krieg oder Krankheit belastend sind, kann es helfen, sich mit positiven Dingen zu befassen, rät Lisa Goldschmidt.

O-Ton 13 Lisa Goldschmidt:

Das Schreiben kann dann eben eine Methode sein, um sich auch gezielt auf die positiven Dinge im Leben weiter zu fokussieren, nicht, dass man das Negative ausblendet, dadurch oder aussperrt, sondern dass man da einen Gegenpol auch einrichtet. Das ist ähnlich, wie in der Traumatherapie, dass es nicht nur darum geht, dass man sich immer nur mit negativen traumatischen Inhalten beschäftigt, sondern auch gezielt versucht gegen diese Schreckensbilder positive Bilder zu erarbeiten, um das überhaupt besser verarbeiten zu können.

Musikakzent

Sprecherin:

Ein Tagebuch verfasst man erst einmal nur für sich. Die 19-Jährige Lea Scholtys schreibt zwar auch gerne literarisch, aber:

O-Ton 14 Lea Scholtys:

Im Tagebuch ist es einfach was anderes, weil ich mich nicht so konventionellen Vorstellungen unterwerfen muss, sondern: Es ist eher irgendwie was für mich selbst. Ich seh' das Tagebuch auch als Raum zur Begegnung mit mir selbst.

Sprecherin:

Daher liest sie auch gerne in ihren alten Tagebüchern.

O-Ton 15 Lea Scholtys:

Das ist ja ein bisschen so, als würde man wieder durch die Brille der damaligen Zeit blicken sozusagen, weil ja in den Texten so ganz viel Persönliches eingeflossen ist, was das dann auch irgendwie zu 'nem Spiegel von mir selbst in der damaligen Zeit macht – also einerseits natürlich den Inhalt betreffend, was ich damals für Gedanken hatte und Gefühle, aber eben auch wer ich so damals war. Und ich denke, das ist auch was ganz Besonderes, wenn man in dem Tagebuch liest und dadurch wieder durch die Brille der damaligen Zeit blicken kann. Und das in der heutigen Perspektive noch auf einer weiteren Ebene reflektieren kann, also dass ich hinterfrage, was ich damals gedacht und gefühlt habe und was heute anders ist und warum.

Sprecherin:

Genau das macht Tagebücher auch für die Geschichtsforschung interessant. Historiker Dr. Janosch Steuer von der Universität zu Köln betrachtet sie als eine besonders herausfordernde Quelle.

O-Ton 16 Dr. Janosch Steuer, Historiker:

Das Interessante an ihnen ist, dass wir eben sogenannten einfachen oder normalen Menschen der Vergangenheit begegnen können, zumindest bestimmte Einblicke in ihr Denken und das Erleben von Vergangenheit erhalten können. Und das ist für Historiker eine besonders interessante Perspektive. Also eigentlich wird Geschichte ja in der Rückschau geschrieben als auch im Wissen darum, was aus bestimmten Entwicklungen geworden ist. Und Tagebücher konfrontieren uns praktisch mit der Gegenseite, also mit der Sicht aus dem historischen Geschehen selbst, wo eben die Autoren noch nicht genau wissen, wie bestimmte Sachen ausgehen oder nicht.

Sprecherin:

Steuer hat mithilfe von über 140 Tagebüchern erforscht, wie Menschen ab 1933 in den Anfängen des nationalsozialistischen Regimes, das Leben in Deutschland wahrnehmen **(7)**. Die Tagebücher vermitteln ein gutes Bild, wie die Leute damals dachten, als sie noch nicht wussten, wie sich die NS-Politik entwickeln würde.

O-Ton 17 Dr. Janosch Steuer:

Alle späteren Ego-Dokumente oder Selbstzeugnisse, die man dann hat, also Erinnerung, Autobiographien oder sowas, die nach dem Krieg entstanden sind, sind

eben auch immer durch das Wissen beeinflusst oder gelenkt, was aus dem Nationalsozialismus noch geworden ist, also welche Massengewalt da noch kommt.

Musikakzent

Sprecherin:

Vor 1900 war das Tagebuchschreiben überwiegend im städtischen Bürgertum beliebt. Ab der Jahrhundertwende dann, ist in Deutschland die Alphabetisierung größtenteils abgeschlossen und damit das Schreiben demokratisiert. Die Schiefertafel wird zunehmend durch Stift und Heft abgelöst. Dadurch wird das Schreiben zugänglich für den Alltag. Jetzt finden immer mehr verschiedene soziale Schichten Gefallen an der autobiographischen Schreibpraxis. Das führt auch dazu, dass die Tagebuchformen vielseitiger werden. Ein Beispiel sind Elterntagebücher, in denen beispielsweise das Familienleben oder die Entwicklung der Kinder festgehalten wird. Und zum Schreiben kommen die Veröffentlichungen **(8)**. Tagebücher werden Teil von Populärkultur.

Sprecherin:

1905 wird das *Tagebuch einer Verlorenen* von Margarete Böhme veröffentlicht. Der Roman handelt von einer Bürgerstochter, die ungewollt schwanger wird und sich schließlich prostituieren muss. Das erfundene Tagebuch gehört zu den meistgelesenen im 20. Jahrhundert, wurde mehrfach verfilmt. Für Historiker Steuer ist es ein Meilenstein, der ein öffentliches Interesse an Tagebüchern hervorrief:

O-Ton 18 Dr. Janosch Steuer:

Dann gibt es eine ganze Welle an Nachahmungen, Nachahmer-Veröffentlichungen, die Versuchen, auch die Tagebuchform zu nutzen, um damit auch einen publizistischen Erfolg zu landen.

Sprecherin:

Während der Fokus wissenschaftlicher Geschichtsforschung lange auf bekannten Persönlichkeiten lag, fangen Historiker in den 1980er-Jahren an, auch breitere Bevölkerungsschichten zu beforschen; beginnend mit den Kriegstagebüchern aus dem Ersten Weltkrieg.

O-Ton 19 Dr. Janosch Steuer:

Die erste Schwemme von so echten Tagebuchveröffentlichungen, die dann auch nicht bürgerliche Schichten, zumindest partiell, erwischt, die passiert dann um den ersten Weltkrieg, also im Zuge der Kriegstagebücher, das ist was, was man für allgemein relevant hält.

Sprecherin:

Für den Janosch Steuer ist das Tagebuch weniger aufgrund seiner Intimität, sondern wegen seiner datierten Einträge interessant. Als Metapher nutzt Janosch Steuer gerne das Bild der Flaschenpost, um das Besondere der Tagebuchform zu erklären: die Zeitverkapselung.

O-Ton 20 Dr. Janosch Steuer:

Die Pointe daran ist der Korken. Das Interessante ist, dass die Flasche zugemacht wird und dann durch die Zeit kommt und zu uns kommt und wir können sie aufmachen und an einen bestimmten Moment zurückkommen, mit all seinen Unwissenheiten und Unwägbarkeiten.

Sprecherin:

Ein berühmtes Beispiel ist das Tagebuch der Anne Frank.

O-Ton 21 Dr. Janosch Steuer:

Das ist insofern ein interessantes Dokument, weil man hier genau sieht: Das lebt aus der Unwissenheit, in der es geschrieben ist. Und was für den Leser so viel Kraft entwickelt, ist weil er darum weiß, was aus ihr werden wird. Also man liest dieses Tagebuch in dem Wissen darum, dass sie in Bergen-Belsen gestorben ist.

Sprecherin:

Steuers Überlegungen über Tagebuchschreiben sind vom französischen Literaturwissenschaftler Philippe Lejeune (9) geprägt.

O-Ton 22 Dr. Janosch Steuer:

Was er so betont, ist eben diese einmalige Schreibhaltung, in der Tagebuchschreiber stehen, nämlich einen Text zu verfassen über den sie nicht vollständig verfügen können, weil sie eben in eine offene Zukunft schreiben. Sie sitzen da, schreiben ihren Eintrag und da sie über das eigene Leben schreiben, aber auch nicht genau wissen, wies weitergeht, wissen sie auch nicht wie ihre Geschichte weitergehen wird.

Sprecherin:

Das macht den Tagebucheintrag zu einer einzigartigen Textform.

O-Ton 23 Dr. Janosch Steuer:

Das ist eine ganz clevere Überlegung von Lejeune. Er sagt: Tagebücher gehören nicht in die Kategorien von Fiction und Non-Fiction, in die wir ansonsten Literatur einteilen. Sondern er sagt: Tagebücher sind noch viel krasser, die sind antifiktional. Man kann in Tagebüchern nicht wirklich erfinden. Deswegen zwingen Tagebücher dazu, sich auf diese Wirklichkeit zu beziehen, was natürlich dann mit Verschönerung, Färbung und Auslassungen und so weiter funktioniert, aber so ein vollständiges Erfinden das funktioniert im Tagebuch nicht.

Musikakzent**Sprecher:**

Die 81-jährige Eleonore Meyer etwa reflektiert in ihrem Tagebuch das, was um sie herum geschieht. Das bedeutet nicht, dass sie alles festhält.

O-Ton 24 Eleonore Meyer:

Ich hab' festgestellt, dass die Dinge, die früher unangenehm waren, dass man die weglässt. Es gibt Dinge im Leben, die gehören nur mir und die schreib ich nie auf. Die sind mein – sagen wir mal – Geheimnis.

Sprecherin:

Was kein Geheimnis bleiben muss, landet vielleicht im Deutschen Tagebucharchiv, kurz DTA.

Das Wissen ist in Emmendingen im Breisgau. Das DTA ist in Deutschland *die* Anlaufstelle für Tagebücher. Seit 1998 werden im Alten Rathaus unveröffentlichte Dokumente archiviert und erforscht – seien es Tagebücher, Briefe, Erinnerungen oder Kalender. Aber:

O-Ton 25 Marlene Kayen, Vorsitzende des Deutschen Tagebucharchivs (DTA):

Unser Kerngeschäft sind Tagebücher und wenn ich die Wahl hab', entscheide ich mich für das Tagebuch, weil wir kriegen so viel angeboten inzwischen, dass wir nicht mehr alles nehmen können.

Sprecherin:

Marlene Kayen, die Vorsitzende des Vereins, nimmt uns mit in das Recherchezimmer – ein Raum mit zwei Arbeitsplätzen. Wer hier recherchieren möchte, muss einen Antrag stellen; denn das Interesse an den autobiographischen Dokumenten ist groß. Pro Jahr gibt es ca. 200 Anfragen. Die Forschenden sind unter anderem Historiker oder Germanisten. Sie kommen auch von weit her angereist.

O-Ton 26 Marlene Kayen:

Es gibt aus Finnland welche, es gibt aus Norwegen welche. Schwerpunkt sind Franzosen und Angelsachsen und natürlich USA, die dann herkommen, und durchaus zwei drei Wochen hier sind und Bestände lesen.

Sprecherin:

Autobiographische Dokumente zu finden ist nämlich eine sportliche Aufgabe. Historiker Janosch Steuer hat für seine Tagebuchforschung zum Nationalsozialismus in über 30 Lokalarchiven geforscht. Material fand er vor allem auch im Deutschen Tagebucharchiv. Wenn er die Tagebücher gefunden hat, beginnt aber erst die eigentliche Arbeit: das Lesen. Inhaltlich unterscheiden sich Tagebücher stark voneinander, aber eines haben sie in der Regel gemeinsam: sie sind sehr repetitiv; die jeweiligen Themen wiederholen sich ständig.

O-Ton 27 Dr. Janosch Steuer:

Tagebuchschreiber haben immer ein bestimmtes Set an Themen. Und darüber schreiben die, und das tun die eben bei jedem Eintrag wieder. Und dadurch ist Tagebuchlesen, wenn man das im Original macht, häufig sehr ermüdend, weil das eben bedeutet, dass häufig immer wieder und wieder das gleiche geschrieben wird.

Sprecherin:

Das macht das Forschen mit Tagebüchern zur Fleißarbeit. Dennoch findet Steuer es wichtig, die Originale zu lesen, da er erst dadurch ein Verständnis für die Biografie einer Person entwickelt. So ein Tagebuch kann dann auch schon mal mehrere Hundert Seiten umfassen.

O-Ton 28 Dr. Janosch Steuer:

Es ist zwar sehr ermüdend zu lesen, aber man kann anfangen zu vergleichen und eben Variationen im Nachdenken über ein bestimmtes Problem feststellen, die mit der Zeit auftreten oder plötzliche Umbrüche. Der Beginn des Nationalsozialismus, der verändert für viele Tagebuchschreiber vom einen auf den anderen Tag bestimmte Probleme, über die sie jetzt ganz anders nachdenken müssen.

Musikakzent

Sprecherin:

Ein weiterer Vorteil von Tagebüchern ist es, dass ihre Einträge datiert sind. So kann man sie historisch gut verorten. Zudem sind sie meist in Serie überliefert, sodass Entwicklungen nachverfolgt werden können. Vergleicht man verschiedene Dokumente, kann man gemeinsame Strukturen erkennen. Allerdings zeigt etwa der prominente Fall der gefälschten Hitlertagebücher, dass Tagebücher quellenkritisch betrachtet werden müssen **(10)**. Ein Indiz für eine Fälschung kann sein, wenn Einträge eben nicht ermüdend, repetitiv und unverständlich sind. Dann kann man laut Steuer davon ausgehen, dass sie am Stück geschrieben wurden.

Sprecherin:

Insgesamt werden im DTA in Emmendingen mittlerweile rund 28 000 Dokumente archiviert. Sie alle kommen aus dem deutschsprachigen Raum. Das Motto des Archivs wurzelt allerdings in Italien. Der Gründer des Italienischen Tagebucharchivs, Saverio Tutino, gab in den 1980ern seinem Archiv den Slogan: Jeder hat das Recht gehört zu werden.

O-Ton 29 Marlene Kayen:

Den haben wir hier im Deutschen Tagebucharchiv übernommen. Das heißt: Menschen, die normalerweise keine Stimme haben, weil sie nicht prominent sind oder irgendwas Besonderes geleistet haben, verschwinden eigentlich sonst in der Geschichte. Und diese Tagebücher werden hier bei uns gesammelt, also Herr und Frau Jedermann.

Sprecherin:

Sagt Marlene Kayen. Die Anfragen von Menschen, die viele Tagebücher anbieten, nehmen zu; in den letzten Jahren kamen im Schnitt 1000 Einzeldokumente hinzu. Aktuell hat das Archiv ein bis zwei Angebote pro Woche; manchmal wollen die Leute mehrere Hundert Hefte abgeben – zu viel für eine ehrenamtliche Einrichtung.

O-Ton 30 Marlene Kayen:

Was ich ablehne im Moment ist, wenn jemand sagt: Ich habe Tagebücher, das sind ungefähr fünf Regalmeter von meinem Leben. Das können wir einfach nicht alles übernehmen. Zehn ist noch wenig. Aber welche, die meinetwegen hundert Tagebücher haben oder zweihundert Hefte, das sind Mengen, die wir nicht bewältigen können als ehrenamtliche Einrichtung.

Sprecher:

Das älteste Dokument im Tagebucharchiv stammt aus dem Jahr 1760. Mittlerweile lässt sich eine Zunahme an autobiographischen Texten feststellen, die nach dem Zweiten Weltkrieg begonnen wurden (11). Vorstandsvorsitzende Marlene Kayen erklärt sich den Zuwachs unter anderem durch die Entwicklung der Medien – etwa von Computern. Das könne einige dazu ermuntert haben, zu schreiben, weil es ihnen so leichter von der Hand geht.

Auch das Archiv nutzt die technische Entwicklung. Gerade das Transkribieren von handschriftlichen Dokumenten erfordert viel Zeit und Arbeit von 30 ehrenamtlichen Vereinsmitgliedern. Daher will das Archiv zunehmend mit Künstlicher Intelligenz arbeiten, um die Handschriften auf Computer zu übertragen. Das bietet sich vor allem für Texte an, die in alten Schriften verfasst wurden, die immer weniger Menschen lesen können.

O-Ton 31 Marlene Kayen:

Man muss erstmal einen guten Scan erstellen, der möglichst starke Kontraste erlaubt. Der Scan wird eingefüttert in diese KI, und dann gibt es innerhalb der KI, Modelle für bestimmte Schriften. Zum Beispiel 19. Jahrhundert Kanzleischrift oder sowas. Wenn man aber kein Modell hat, dann muss man diese KI selbst trainieren. Das ist ein aufwändiger Prozess. Da probieren wir aber auch im Moment was aus. Und dann: Tatsächlich liest diese KI und wandelt gleichzeitig um und liefert ein Produkt. Und dann hab' ich den Scan und daneben die Transkription. Und die muss ich verbessern, die muss ich nachlesen.

Sprecherin:

In einem Testlauf wurden der KI beispielsweise 45 Bücher eingespeist. Sie hat zu 96 Prozent richtig transkribiert, erzählt Marlene Kayen.

O-Ton 32 Marlene Kayen:

Digitalisierung ist in meinen Augen der Schlüssel zur Nutzung. Ohne Digitalisierung funktioniert wenig, würde ich mal sagen. Unser Bestand ist etwa zu einem Viertel digitalisiert. Das heißt nicht, dass alles durchsuchbar ist per Volltextsuche, aber es gibt viele Scans von Kurrent und das kann man natürlich den Forschern, der das lesen kann, schicken. Gegen Gebühr natürlich.

Sprecherin:

Im Erdgeschoss des Deutschen Tagebucharchivs befindet sich das Museum. Die Ausstellung „Lebenslust – Lebenslast – Lebenskunst“ legt ihren Fokus auf besondere Tagebücher. Jutta Jäger-Schenk, wissenschaftlicher Mitarbeiterin, zeigt auf die Exponate.

O-Ton 33 Jutta Jäger-Schenk, Wissenschaftliche Mitarbeiterin:

Tagebuch ist eben in unserem Verständnis nicht nur die Schrift, sondern auch Bilder, Ausgeschnittenes, können sehr zeittypisch zum Ausdruck bringen, was den Menschen oder die Schreiberin, den Schreiber in dieser Zeit bewegt hat.

Sprecher:

Ein Kriterium ist nur, dass sie Teil von etwas Geschriebenen sein müssen. Reine Skizzenbücher werden hier nicht gesammelt.

O-Ton 34 Jutta Jäger-Schenk, Wissenschaftliche Mitarbeiterin:

Wir sammeln natürlich auch Skurrilitäten, Besonderheiten des Tagebuchschreibens, Ausformungen wie die Miniaturtagebücher, und es ist nicht das einzige. Es gibt auch mehrere solcher Art, zum Beispiel aus den Kriegen, wo etwas sehr winzig und sehr schmal aus Zigarettenpapier hergestellt wurde, einfach um zu schreiben.

Sprecherin:

Ein besonderes Beispiel ist das Tagebuch eines 17-jährigen Schülers aus den 90er Jahren.

O-Ton 35 Jutta Jäger-Schenk:

Da kann man eigentlich gar nichts lesen. Es ist wie Hieroglyphen. Er hat immer die Passagen verschlüsselt, wo es um etwas ging, was seine Mutter nicht lesen durfte. Es soll auch heute noch ein Geheimnis bleiben. Also wir wissen im Grunde nicht, was darin steht.

Sprecherin:

Autobiographische Texte sind bis heute Zeugen von Vergangenheit. Und zugleich sind sie auch noch heute für viele eine tägliche Begleitung. Warum das Tagebuchs Schreiben offenbar unsterblich ist, erklärt sich Jutta Jäger-Schenk wie folgt:

O-Ton 36 Jutta Jäger-Schenk:

Ich erklär mir das aus der menschlichen Existenz heraus, denn das Umfeld hat sich geändert, das Leben allgemein, aber die Grundgefühle wie Angst und das Bedürfnis nach Sicherheit und Sorgen, Entscheidungen, die zu treffen sind, Krisen, Konflikte, Trennungen, Tod, Krankheit das gibt's ja immer noch und das sind Urthemen, mit denen Menschen fertig werden müssen. Und des Tagebuchs schreiben kann meines Erachtens sehr gut helfen, ohne dass man immer mit anderen ins Gespräch treten muss, oder kann oder möchte, auch noch für sich selbst etwas zu klären erstmal.

Sprecherin:

Egal, ob sie selbst schreiben oder lesen: Im Tagebuch setzen sich Menschen direkt mit dem Leben auseinander.

Musikakzent**Abspann Das Wissen über Musik-Bett:****Sprecher:**

Tagebücher – Warum wir sie schreiben und wie die Forschung sie nutzt. Von Sophie Noël. Sprecher: Brigitte Urhausen. Redaktion: Charlotte Grieser. Regie: Andrea Leclerque.

* * * * *

Weiterführende Links:

(1) Intotheminds. URL:

Einsatz von Tagebüchern in der Marktforschung (intotheminds.com) oder auch Marktforschung. URL: "Tagebücher sind ein Klassiker der qualitativen Forschung" | marktforschung.de

(2) Bernal Marcos MJ, Zittoun T, Gillespie A. Diaries as Technologies for Sense-making and Self-transformation in Times of Vulnerability. *Integr Psychol Behav Sci.* 2023 Apr 4:1–26. doi: 10.1007/s12124-023-09765-0. Epub ahead of print. PMID: 37014513; PMCID: PMC10071254. National Library of Medicine. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37014513/>.

(3) Hilarion G. Petzold, Ilse Orth (Hgg.): Poesie und Therapie. Über die Heilkraft der Sprache. Poesietherapie, Bibliotherapie, Literarische Werkstätte. Paderborn 1985.

(4) Heimes, Silke:

Kreatives und therapeutisches Schreiben. Göttingen 2015.

(5) Michiyo Hirai u.a.:

Temporal associations between posttraumatic stress symptoms and depression in response to online expressive writing interventions in a Hispanic sample. *Behaviour Therapy*, 2023. ScienceDirect. URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0005789422001095>.

(6) Rude SS, Lantrip C, Aguirre VA, Schraegle WA. Auf der Jagd nach schwer fassbaren, ausdrucksstarken Schreibeffekten: Anweisungen zur Emotionsakzeptanz und das Engagement des Autors verbessern die Ergebnisse. *Front Psychol.* 2023 Jun 13;14:1192595. doi: 10.3389/fpsyg.2023.1192595. PMID: 37388657; PMCID: PMC10300201. National Library of Medicine. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37388657/>

(7) Janosch Steuer:

„Ein Drittes Reich, wie ich es auffasse“. Politik, Gesellschaft und privates Leben in Tagebüchern 1933-1939, Göttingen 2017.

(8) Vortrag von Steuer. URL: <https://tagebucharchiv.de/flaschenpost/>.

(9) Z.B. Philippe Leujeune. Liebes Tagebuch. Zur Theorie und Praxis des Journals, übersetzt von Jens Hagestedt, München 2014.

(10) Z.B. Kutzner, Maximilian: Das Institut für Zeitgeschichte und die Affäre um die gefälschten Hitler-Tagebücher 1982/83. In: *Vierteljahrshefte für Zeitgeschichte.* 71, H.3 (2023), 599-631.

(11) Deutsches Tagebucharchiv. URL: <https://tagebucharchiv.de/oft-gefragt/>, <https://tagebucharchiv.de/faktenzahlen/>.