PROBEKAPITEL ZUM AUSDRUCKEN

Das Nachmittagsbuch

Kapitel eins: Als ich klein war



ERZÄHLT VON _____

AUFGESCHRIEBEN VON _____

BEGONNEN AM _____

Fotos: KI-Illustrationen

Ein Nachmittag, eine Kanne Kaffee, ein paar gute Fragen.

Die meisten Familiengeschichten gehen nicht verloren, weil sie unwichtig wären. Sie gehen verloren, weil nie jemand danach gefragt hat. Irgendwann sitzt man vor einem alten Foto und weiß nicht mehr, wer da neben Oma auf der Bank sitzt, oder wie das Dorf hieß, in dem Opa seine ersten Jahre verbracht hat.

Dieses Heft ist eine Einladung, das zu ändern. Es enthält achtzehn Fragen zur Kindheit. Manche sind leicht und bringen schnell zum Lachen, andere brauchen etwas Zeit. Keine davon muss beantwortet werden. Ihr könnt vorne anfangen oder mittendrin, an einem Nachmittag oder über mehrere Besuche verteilt.

Es gibt zwei Wege, dieses Kapitel zu füllen. Entweder schreibt Oma oder Opa selbst, in Ruhe und in der eigenen Handschrift. Oder ihr sitzt zusammen, stellt die Fragen und schreibt mit. Beides ist richtig. Die Handschrift ist später oft das Kostbarste, die Gespräche sind es meistens auch.

Ein Wort vorab: Viele, die heute Großeltern sind, haben als Kinder schwere Zeiten erlebt. Wenn eine Erinnerung wehtut, darf sie einfach liegen bleiben. Ihr müsst nichts herausholen. Zuhören reicht.

FÜR DIE FRAGENDEN

So kommt ihr ins Gespräch

I **Wählt einen ruhigen Moment.** Kein Fernseher, kein Termin danach. Ein Sonntagnachmittag mit Kuchen ist ideal, ein Spaziergang auch.

II **Bringt ein altes Foto mit.** Ein Bild öffnet oft mehr Türen als jede Frage. „Wer ist das da hinten?“ ist ein wunderbarer Anfang.

III **Fragt zuerst nach Dingen.** „Wie sah eure Küche aus?“ ist leichter als „Wie hast du dich gefühlt?“ Die Gefühle kommen dann meist von allein.

IV **Haltet Stille aus.** Wenn es ruhig wird, wird oft gerade nachgedacht. Zählt innerlich bis zehn, bevor ihr die nächste Frage stellt.

V **Fragt nach.** Die schönsten Geschichten stecken hinter „Und dann?“ und „Wie meinst du das?“

VI **Nehmt das Gespräch auf, wenn es in Ordnung ist.** Eine Sprachaufnahme mit dem Handy reicht. Aufschreiben könnt ihr später, und die Stimme bleibt.

VII **Nicht alles auf einmal.** Drei oder vier Fragen pro Besuch sind genug. Lieber oft und kurz als einmal und erschöpft.

VIII **Erzählt selbst auch etwas.** Ein Gespräch ist kein Verhör. Wer von der eigenen Kindheit erzählt, bekommt meist eine Geschichte zurück.



KAPITEL EINS

Als ich klein war

Kindheit und Elternhaus

Wo alles angefangen hat: das Haus, die Menschen am Tisch, die Spiele und die ersten Schuljahre. Erzähl so, als würdest du uns an der Hand nehmen und durch deine Kindheit führen.

FRAGEN 1 BIS 18



KAPITEL EINS

Die Fragen

FRAGE 1 Wo bist du geboren? Was hat man dir über den Tag erzählt, an dem du auf die Welt gekommen bist?

FRAGE 2 Wie sah das Haus oder die Wohnung aus, in der du aufgewachsen bist? Nimm mich einmal mit durch die Zimmer.

Wo stand der Tisch, wo hast du geschlafen, wo war es im Winter am wärmsten?

FRAGE 3 Wer gehörte alles zur Familie, als du klein warst? Und wer saß beim Essen auf welchem Platz?

FRAGE 4 *Behutsam* Woran denkst du zuerst, wenn du an deine Mutter denkst? Und an deinen Vater?

Wenn du ohne Mutter oder Vater aufgewachsen bist, erzähl von den Menschen, die für dich da waren.

FRAGE 5 Hattest du Geschwister, Cousinen oder Nachbarskinder, mit denen du aufgewachsen bist? Was habt ihr zusammen angestellt?

FRAGE 6 Wie hat es bei euch zu Hause gerochen, an einem ganz gewöhnlichen Tag und an einem Feiertag?

FRAGE 7 Was kam sonntags auf den Tisch? Gibt es ein Gericht, das für dich bis heute nach Kindheit schmeckt?

Wenn du das Rezept noch weißt, schreib es gern auf eine der Rezeptseiten nach Kapitel sechs.

FRAGE 8 Womit hast du am liebsten gespielt, drinnen und draußen?

FRAGE 9 Wer war deine beste Freundin oder dein bester Freund? Weißt du, was aus ihr oder ihm geworden ist?

FRAGE 10 Erinnerst du dich an deinen ersten Schultag? Wie hieß deine Lehrerin oder dein Lehrer?

FRAGE 11 Welches Fach mochtest du, und in welchem hast du lieber aus dem Fenster geschaut?

FRAGE 12 Was war dir als Kind streng verboten? Und hast du es trotzdem einmal getan?

FRAGE 13 Wie habt ihr Weihnachten gefeiert, als du klein warst? Was lag unter dem Baum, wenn überhaupt etwas dalag?

Wenn bei euch ein anderes Fest das wichtigste im Jahr war, erzähl von diesem.

FRAGE 14 Gab es ein Tier, das dir viel bedeutet hat, ein eigenes oder eins aus der Nachbarschaft?

FRAGE 15 Hattest du Taschengeld? Was hast du dir davon gekauft, oder was hättest du dir gern gekauft?

FRAGE 16 *Behutsam* Wovor hattest du als Kind Angst? Und wer hat dich dann getröstet?

FRAGE 17 Gab es ein Lied, einen Spruch oder eine Geschichte, die man dir immer wieder vorgesungen oder erzählt hat?

Vielleicht kannst du ein paar Zeilen davon aufschreiben.

FRAGE 18 Wenn du noch einmal einen Nachmittag lang acht Jahre alt sein dürftest: Wohin würdest du gehen, und wen würdest du mitnehmen?

KAPITEL EINS · ZUM SCHLUSS DIESES KAPITELS

Was in diesem Kapitel noch fehlt

Hier ist Platz für alles, wonach niemand gefragt hat. Eine Geschichte, die dir beim Erzählen eingefallen ist, ein Name, der nicht vergessen werden soll, ein Gruß an die, die das hier später lesen.

PLATZ FÜR EIN FOTO AUS KINDERTAGEN

Wer ist darauf zu sehen? Wo und wann war das?

WIE ES WEITERGEHT

Das war das erste Kapitel.

Im ganzen Nachmittagsbuch folgen Jugend und erste Liebe, Arbeit und Alltag, die eigene Familie, Feste und Rezepte, und am Ende die Dinge, die man den Enkeln mitgeben möchte. Jedes Kapitel ist so aufgebaut wie dieses: gute Fragen, viel Platz und ein paar Hinweise für das Gespräch.

Ihr steht auf unserer Warteliste. Sobald das ganze Buch fertig ist, erfahrt ihr es als Erste, zusammen mit einem Preis nur für die Warteliste.

Und wenn ihr dieses Kapitel ausprobiert habt: Wir freuen uns sehr über eine Zeile, was gut funktioniert hat und was nicht. Daraus wird das Buch.

Herzlich,
das Nachmittagsbuch



Fotos: KI-Illustrationen. © 2026 Social Meister LLC. Für den privaten Gebrauch in der eigenen Familie, nicht zum Weiterverkauf. Kontakt: davidwber@mail.grokbot.com