

BiblioTheke

Zeitschrift für katholische Bücherei- und Medienarbeit

Themen-
heft

ALTERNativen

Veranstaltungskonzepte 50plus

Erzählcafé

Schreibwerkstatt

Spielenachmittag

Vorlesen für und von Senioren





4 Erzählcafé



6 Schreibwerkstatt für Senioren

8 Spielenachmittag für Senioren

12 Vorlesen von und für Senioren

15 Sekundärliteratur



Die Bearbeiterinnen der Arbeitshilfe haben sich entschieden, im Text möglichst die weibliche Form zu verwenden, um so das Bild der in der Büchereiarbeit aktiven Personen zu berücksichtigen.

Impressum

Borromäusverein e.V. (Hrsg.); Wittelsbacherring 7–9;
53115 Bonn, www.borro.de

Erarbeitet in der Kommission Soziale Büchereiarbeit der
bv.-Fachkonferenz, 2008. Susanne Amberg, Elke Baum,
Rosemarie Busch, Cornelia Klöter, Birgit Schluß, Elke Schmidt
(Stand: 23.09.2008)

Liebe Leserin, lieber Leser,

„Zielgruppe 50plus“, „Junge Alte“, „Senioren“ – diese und zahllose andere Schlagworte, die einen Bereich des demographischen Wandels betreffen, sind derzeit nicht nur in der Büchereiarbeit in aller Munde. Zeit, nicht nur Begriffe zu klären, sondern auch Perspektiven für den Umgang mit dem vielfältigen Thema des „Älter Werdens“ zu eröffnen.

Deutschland verändert sich: die durchschnittliche Lebenserwartung hat sich seit der Mitte des 19. Jahrhunderts fast verdoppelt, die Deutschen werden weniger und unsere Gesellschaft wird durch immer mehr Einwanderer noch vielfältiger.¹

Wie die einzelne Bücherei auf den demographischen Wandel reagieren kann, ist stark von ihrer örtlichen Situation abhängig. Es zeichnet sich aber ab, dass viele Büchereien sich mit ihrem Angebot in den kommenden Jahren auf die sogenannte „Zielgruppe 55+“ einstellen müssen. Büchereien, die diesen Weg gehen möchten, müssen sich zunächst bewusst machen, dass diese Zielgruppe sich durch höchste Heterogenität auszeichnet: Hier versammeln sich vier Generationen, Menschen mit verschiedenem sozialem Hintergrund, mit unterschiedlichen finanziellen Ressourcen, Bildungsstandards und Interessen. Das hat Auswirkungen auf das Bestandskonzept, die Einrichtung und nicht zuletzt die Veranstaltungsarbeit der Bücherei.²

Als Unterstützung für die praktische Arbeit sind in dieser Handreichung vier unterschiedliche Veranstaltungskonzepte zusammengestellt: Sie wollen Gemeinschaft schaffen durch Begegnung mit Menschen und Literatur, Erinnerungen bewahren und lebendig halten sowie das Miteinander von Generationen fördern. Sie leisten einen handfesten Beitrag zu der politischen Forderung: „Älter“ darf nicht bedeuten, mehr und mehr vom gesellschaftlichen Leben ausgeschlossen zu werden. So wurde z.B. im Rahmen der „Zweiten Weltversammlung zu Fragen des Alters“³ (Madrid 2002) unter anderem gefordert, „uneingeschränkte Beteiligung an allen Aspekten des Lebens als wesentliche Elemente aktiven Alterns anzuerkennen“. Büchereien leisten mit ihrer Arbeit einen wichtigen Beitrag zur Erfüllung dieser Forderung und arbeiten ganz im Sinne eines der Leitmotive der Vereinten Nationen daran, „eine Gesellschaft für alle Generationen aufzubauen“ („building a society for all ages“).

Veranstaltungen, die Generationen zusammenbringen und voneinander profitieren lassen, sind ein wichtiger Baustein dieser Gesellschaft. Die nachfolgenden Ausführungen bieten nicht nur Konzepte für die Veranstaltungsarbeit, sondern dienen auch als Ideenpool und lassen sich individuell an unterschiedliche Zielgruppen anpassen.

¹ Vgl. z.B.: Kösters, Winfried: Weniger – bunter – älter. Wie der demographische Wandel Deutschland verändert – Den Weg zur Multiminoritätengesellschaft aktiv gestalten, München: Olzog 2006.

² Weiterführende Literatur zum Thema: BiblioTheke, Bonn: Borromäusverein e.V., Heft 1/2008.

³ Quelle: www.bagso.de/mica/deutsch/zweite_weltvers.htm (08.09.2008)



Erzählcafé

Erinnerung ist eine Form der Begegnung (Khalil Gibran)

Einleitung

Im Rahmen eines „Erzählcafés“ bietet sich Zeitzeugen die Möglichkeit, ihre Erfahrungen und Erinnerungen zu einem bestimmten Lebensabschnitt oder Thema an andere weiter zu geben. Es handelt sich dabei um ein biografisches Arbeiten in Form eines offenen Gesprächskreises.

Ein Erzählcafé zeichnet sich unter anderem dadurch aus, dass Erlebnisse und Erfahrungen in Erinnerung gerufen und lebendig gehalten werden. Das ist Erinnerungsarbeit und Identitätssicherung gleichermaßen. Gemeinsame historische Bezüge der Teilnehmenden schaffen zudem parallele Alltagserfahrungen.

Leitungsrolle und Gruppenregeln

Eine gute Vorbereitung von Seiten der Leitung, z.B. die vorherige Auseinandersetzung mit dem jeweiligen Thema, ist dringend anzuraten. Bei der Gesprächsführung ist Fingerspitzengefühl gefragt; z.B. ist jeweils abzuwä-

gen, wann und in welchem Maße Seitengespräche zugelassen werden können. Die Leitung weist auf Regeln hin und erinnert, falls notwendig, an deren Einhaltung. Wünsche und Interessen der Teilnehmenden sollen aufgegriffen und gegebenenfalls weiterentwickelt werden.

Gesprächsregeln:

1. sich gegenseitig ausreden lassen
2. einander zuhören
3. nacheinander reden, eventuell Begrenzung der Redezeiten vereinbaren
4. was in der Gruppe an persönlichen Erfahrungen berichtet wird, bleibt in der Gruppe.

Organisation

Raum

Der Veranstaltungsort kann immer derselbe sein oder man sucht entsprechend dem jeweiligen Tagesthema einen passenden Ort. Die Raumgröße und der Stuhlkreis müssen auf die Teilnehmerinnenzahl abgestimmt

sein. Um Atmosphäre zu schaffen bietet es sich an, eine Mitte zu gestalten (z.B. durch Fotos, Bilder, Stoffe, Gegenstände).

Turnus

Im Hinblick auf den Veranstaltungsrhythmus sind mehrere Varianten möglich: 14-tägig, monatlich, einmalig oder zu besonderen Anlässen. Der Zeitrahmen sollte bei 1,5–2 Stunden liegen.

Materialbedarf

Bei Verwendung eines „Erinnerungskoffers“: Alter Koffer, in dem sich Alltagsgegenstände aus früheren Zeiten (z.B. Kinderbücher, -spiele, Küchengeräte, Kleidung) befinden. Die Teilnehmerinnen können aber auch aufgefordert werden „Erinnerungsstücke“ mitzubringen. Außerdem können Medien aus dem Bestand der Bücherei präsentiert bzw. ausgestellt werden, die zu dem Veranstaltungsthema passen. Eine Auslage von Medienlisten anderer Anbieter (z.B. Borromäusverein, Heimatverein, u.ä.) ist ebenfalls möglich.

Gruppe

10 bis 15 Teilnehmende bilden eine gute Gruppengröße, damit genügend Raum und Zeit für die Erinnerungen und Erfahrungen der Einzelnen bleibt.

Ablauf

Gestaltungsmöglichkeiten

Gleichbleibende Rituale zu Veranstaltungsbeginn und -ende schaffen eine vertraute Atmosphäre (z.B. Vorlesen eines zum Thema passenden Textes, Gedichtes, Zitates, Kalenderspruches). Die Einführung eines Gruppentagebuches, in dem z.B. die Themen, die wichtigsten Diskussionsstränge und passende Zeitungsartikel festgehalten bzw. abgeheftet werden, ist möglich.

Variationen

- Chronologischer Ansatz: Im Mittelpunkt stehen einzelne Begebenheiten in aufeinander folgenden Zeitabschnitten.
- Festgelegtes Thema: Ausgangspunkt ist ein vorher bekannt gegebenes Thema.
- Generationsübergreifende Gestaltung: Erfahrungen der älteren Generation treffen auf die der jüngeren.

Themenvorschläge

- Lebensstationen: Im Mittelpunkt der einzelnen Treffen stehen die wichtigsten Lebensabschnitte:
 - Frühe Kindheit (Kinderreime und -lieder, Kleidung, Ernährung)
 - Kindheit (Spiele, Spielzeug)
 - Elternhaus (Grundriss, Räume, Gerüche)
 - Hausarbeit (Tätigkeiten, Ausstattung, Kochen, Waschen)
 - Volksschule und höhere Schule (Fächer, Klassenzimmer, Lehrer)
 - Arbeit und Freizeit (Lehre, Berufswünsche, Freizeitgestaltung, Musik)
 - Ehe und Familie (Hochzeit, Rollen, Kinder)
 - Weitere Themen:
 - Feste und Bräuche im Jahreskreis
 - Lokale Berichterstattung (Archivmaterial einheimischer Zeitungsverlage)

Nachbereitung

Zeit für die Nachbereitung einplanen: Was ist gut gelaufen? Was kann verbessert werden? 📖

Hinweis: Eine detaillierte Checkliste zur Planung von Veranstaltungen findet sich im Abschnitt „Spielesachmittag für Senioren“, Seite 8.





Schreibwerkstatt für Senioren

Schreiben ist ein Spaziergang der Seele

(Eva-Maria Altemöller)

Einleitung

Die Schreibstättenarbeit oder das kreative Schreiben in Gruppen beinhaltet verschiedene Methoden der Auseinandersetzung mit Sprache und Schrift. Die Zielsetzung reicht von dem Erlernen neuer schriftlicher Ausdrucksmöglichkeiten bis hin zu der Möglichkeit angeleiteter biografischer (Selbst-)Reflexion.

Leitungsrolle und Gruppenregeln

Die Rolle der Schreibgruppenleitung erfordert Kenntnisse von Gruppenprozessen, die Fähigkeit mit Schreibblockaden umgehen zu können und setzt voraus, dass man zwischen den Rollen der Teilnehmerin (die Schreibgruppenleiterin schreibt selbst einen Text) und der Führung wechseln kann. Die Definition ihrer Rolle als „Hüterin des Themas“ macht Schwerpunktsetzung deutlich. Grundsätzlich gilt für die Gruppenarbeit, dass Störungen immer Vorrang

haben. Jede Teilnehmerin und insbesondere die Leitung achten im Gespräch darauf, dass eine Ausgewogenheit zwischen Person (ich), Gruppe (wir) und Thema (es) angestrebt wird. Störungen können aufgelöst werden durch Benennen und Beschreiben dessen, was ist.

Das Führen eines Gruppentagebuchs durch eine oder mehrere Teilnehmerinnen ist empfehlenswert.

Die Schweigepflicht über das Geschehen in der Gruppe fördert Offenheit der Gruppenmitglieder und kommt dem Gruppenklima zugute.

Organisation

Raum

Die Raumgröße, Tische und Stühle müssen auf die Teilnehmerzahl abgestimmt sein. Um Atmosphäre zu schaffen bietet es sich an, eine Mitte zu gestalten (z.B. mit Blumen, Schreibutensilien, Steinen).

Turnus

Die Gruppe trifft sich in regelmäßigen Abständen (z.B. einmal monatlich) mindestens zwei Stunden.

Materialbedarf

Neben Schreibutensilien können einige Materialien hilfreich sein, die zur atmosphärischen Gestaltung des Raumes, als Schreibenreize oder als Zeitmesser eingesetzt werden können: CD-Player, CD mit Entspannungsmusik, Eieruhr, Postkarten, Bilder etc.

Die Teilnehmerinnen können auch aufgefordert werden, ihre Lieblingspapiere, -stifte etc. mitzubringen.

Gruppe

6 bis 10 Personen sind für eine Schreibgruppe günstig. Bei weniger als sechs Gruppenmitgliedern kann es für die einzelne Teilnehmerin zu anstrengend werden, bei mehr als zehn Gruppenmitgliedern kommen die Einzelnen zu selten an die Reihe.

Ablauf

Kontaktaufnahme und Vorstellungsrunde

Unter dem Motto „Was bringe ich mit?“ nennt jede Teilnehmerin ihren Namen sowie bisherige Schreib Erfahrungen und formuliert ihre Erwartungen.

Aufwärmphase

1. Namensgestaltung: Ein Schreibspiel zum Aufwärmen. Jede ergänzt Worte zu den einzelnen Buchstaben des eigenen Vornamens und nutzt diese Worte für die Erstellung eines kurzen Textes.

2. Fragen für Worte: Ein Schreibspiel zur Sensibilisierung der Wahrnehmung.

Die auf einem Zettel notierten Namensworte wandern zur Nachbarin, diese kreist ein beliebiges Wort ein und reicht den Zettel an die nächste Nachbarin. Diese stellt dazu eine Frage an die Schreiberin:

Beispiel zum Vornamen Astrid

Namensworte: Alter, Strandkorb, Träume, Ruhe, Indien, Durst

Eingekreistes Wort: Strandkorb

Fragen: Welche Farbe hat das Wort? Wonach schmeckt es? Wie riecht es? Welche Form hat es? Wie hört sich das Wort für sie an? Wofür brauchen Sie dieses Wort?

Themenspezifische Schreibphase

- Jede Teilnehmerin bildet schriftlich Wortketten durch freie Assoziation zum Begriff „Spaziergang“.
- Die linke Nachbarin wählt davon fünf Begriffe aus, die in einem frei gestalteten Text vorkommen sollen
- Schreibarbeit
- Vorlesen des selbstgefertigten Textes in der Runde

Körperübung mit literarischem Impuls „Baummeditation“


- Alle Teilnehmerinnen stehen in einem Kreis oder auch verteilt im Raum. Nach einer kurzen Ruhephase nennt die Leiterin in ruhiger Tonlage einige zur Meditation einladende Begriffe: fest stehen, erden, in Gedanken Wurzel spüren, Stamm entlang wandern, Arme ausstrecken etc.
- Während die Teilnehmerinnen in ihrer Position verharren, wird als Impuls ein Gedicht vorgetragen, in dem die Entwicklungsphasen eines Baumes thematisiert sind (Beispiel: Johann Wolfgang von Goethe: Ode an meinen Freund).
- Die Teilnehmerinnen werden eingeladen, einen visuellen Ausdruck zu dieser Übung zu malen: Baumstamm zeichnen. Sind Einritzungen vorhanden? Was kann man lesen?

Abschlussrunde

- Was nehme ich mit?
- In einem Gruppenblitzlicht (Jeder nimmt kurz zu folgenden Fragen Stellung.): Was nehme ich mit? Wie geht es mir? Habe ich mich wohl gefühlt? Wünsche für die nächste Runde?
- Als Impuls für eine Schreibarbeit zu Hause kann jede Teilnehmerin ein Fundstück aus der gestalteten Mitte aussuchen, mit nach Hause nehmen und dazu einen Text verfassen.

Gesamtdauer: 120 Min. (nach ca. 45 Minuten Beginn der themenspezifischen Schreibphase)

Nachbereitung

Zeit für die Nachbereitung einplanen: Was ist gut gelaufen? Was kann verbessert werden? 

Hinweis: Eine detaillierte Checkliste zur Planung von Veranstaltungen findet sich im Abschnitt „Spielenachmittag für Senioren“, Seite 8.



Spielenachmittag für Senioren (70plus)

*Wer älter wird, der wird nicht aufhören zu spielen.
Aber wer aufhört zu spielen, der wird älter. (G. B. Shaw)*

Einleitung

Schon Aristoteles und Platon fanden, dass das Spiel der Erholung von geistiger Anstrengung dient und somit der Arbeit zuträglich ist. Senioren stehen nicht mehr im Arbeitsprozess, doch der Erholung kann das Spielen dennoch dienen. Die Anforderungen des täglichen Lebens werden im Alter immer beschwerlicher: Was in jüngeren Jahren nebenbei erledigt wurde, wird für den alten Menschen mitunter zum unbezwingbaren Berg. Da kann das seit Kindheit bekannte Gesellschaftsspiel mit längst verinnerlichten Regeln eine willkommene Abwechslung zum anstrengenden Alltag sein. Das Spielen bietet Gelegenheit, die Mitmenschen ganz neu und anders zu erleben, die Konzentrationsfähigkeit zu

üben, sich von Alltagsfrustrationen frei zu machen, die Kommunikations- und Ausdrucksfähigkeit zu beleben, bei Partnerspielen das eigene Verhalten zu überdenken und neu zu definieren oder für eine begrenzte Zeit eine Phantasiewelt zu betreten.

Zielgruppenspezifische Anforderungen an Spiele:

Da auf die häufig schlechtere Sehfähigkeit und die Schwierigkeiten älterer Menschen mit der Feinmotorik Rücksicht genommen werden muss, sollten die Spielmaterialien nicht zu klein und optimal zu greifen sein. Auch die Spielanleitung sollte gut lesbar sein bzw. gegebenenfalls in ein größeres Format kopiert werden. Spiele wie „Mensch ärgere dich nicht“, „Mühle“ oder „Halma“ können in Versionen für Kindergartenkinder

angeschafft werden. Diese sind meist etwas größer und griffiger gestaltet. Manche dieser Spielbretter haben auch Vertiefungen für die Spielsteine, so können auch Senioren mit stärker eingeschränkter Sehfähigkeit noch spielen. Ebenso gut eignen sich auch bekannte Kartenspiele, für die ebenfalls spezielle Seniorenausgaben produziert werden. Bei gleicher Größe zeichnen sich diese Karten durch größere und dadurch besser erkennbare Eck- und Zahlensymbole aus. Gleichermaßen kann auf adäquat gestaltete Würfelspiele zurückgegriffen werden. Als Angebot für körperbehinderte Senioren empfiehlt sich die Anschaffung hölzerner Kartenhalter.

Leitungsrolle und Gruppenregeln

Die Spiele, die während der Veranstaltung zum Einsatz kommen, sollten vorher auf ihre Eignung hin überprüft werden. Außerdem bietet es sich an, dass die Leiterin sich mit der Spielanleitung vertraut macht, um eine Einführung ins Spiel zu geben und auf Fragen zum Spielverlauf antworten zu können.

Organisation

Raum

Die Raumgröße muss auf die Teilnehmerzahl abgestimmt sein. Tische und Stühle werden benötigt.

Turnus

Spielesachmittage können in regelmäßigen Abständen stattfinden und sollten mindestens zwei Stunden dauern.

Materialbedarf

Eine Grundausstattung mit geeigneten Spielen (siehe nachfolgende Vorschläge und aktuelle Empfehlungen z.B. unter www.borro.de).

Gruppe

Die Anzahl der Teilnehmenden in der Spielegruppe kann jeweils variieren. Wichtig ist, dass für eine freie Teilnehmerinnenzahl auch Spiele zur Verfügung stehen müssen, damit keiner ohne Spielpartnerin bleibt. Was den auch bei älteren Menschen zu erwartenden Lärmpegel betrifft, ist eine Begrenzung auf 15 bis 20 Personen (auch abhängig von der Anzahl der vorhandenen Spiele) zu empfehlen.



Ablauf

Wenn ein regelmäßiger Spielesachmittag angeboten wird, sollten zu Beginn bekannte Gesellschaftsspiele ausgewählt werden, die den Einstieg ins Spiel leicht machen, da die Spiele und Spielregeln allgemein bekannt sind und nicht mehr erklärt werden müssen.

Die Veranstaltungen sollten von einer oder – bei wachsender Teilnehmerinnenzahl – besser von zwei Verantwortlichen geleitet werden.

Nutzt ein fester Kreis von Senioren die Angebote der Bücherei zum Spielen, kann über eine Weiterführung der Spielesachmittage nachgedacht werden. Falls eine Kooperation mit einem der Pfarrgemeinde angeschlossenen Altenheim gewollt und möglich ist, kann die Bücherei Raum und Material für spezielle Angebote bieten.

Für die noch geistig beweglichen Teilnehmerinnen eignen sich Spiele, die auf bekannten Spielabläufen aufbauen, aber in der Weiterführung kommunikativ wirken. Es kann sich dabei ebenso um Versionen des bekannten Memory-Spiels wie um Würfelspiele mit kleinen Arbeitsaufgaben (zusammen singen, kleinere Bewegungsübungen, Gedichte aufsagen) handeln. Bei einigen dieser Spiele kann die Spielregel je nach Teilnehmerkreis vereinfacht werden.

Bei Spielen, die die Lebensläufe der Mitspielenden in den Blick nehmen und letztlich in einer Art Erzählrunde münden, ist denkbar, dass die Teilnehmenden aus derselben Generation stammen und über die Ähnlichkeiten ebenso wie über die Unterschiede ihrer Lebenswege ins Gespräch kommen können. Mitspielerinnen unterschiedlicher Generationen können im Spielverlauf einen intergenerativen Dialog ermöglichen. 📖

Spieleempfehlungen

Klassische Brett- und Kartenspiele



Nürnberger Spielkarten Verlag: „Edition 50 plus“
(Würfel-, Brett- und Kartenspiele;
bvMedienNr.: 560 976; 35,99 €)

FIA-Brettspiele: Senioren-Rommé (bvMedienNr.:
559 464; 7,50 €, Canasta oder Bridge mit extra-
großen Karten und Symbolen)



Klappenspiel bis Neun (einfaches Rechenspiel;
bvMedienNr.: 560 977; 10,50 €)

Jede Spielerin würfelt mit beiden Würfeln. Alle Würfelpunkte müssen verwendet werden, der Spielerin bleibt es aber überlassen, wie sie die Punkte einsetzt. Die Augenzahl beider Würfel wird addiert und kann nun in jeder nur möglichen Kombination verwendet werden. Ziel ist es, nach Möglichkeit alle Zahlen von 0–9 weg zu klappen. Ist das nicht mehr möglich, ist die nächste Spielerin an der Reihe. Nach Ablauf der vereinbarten Runden werden die übrig gebliebenen Werte der einzelnen Spielerinnen addiert. Diejenige mit der niedrigsten Summe gewinnt das Spiel. Gelingt es einer Mitspielerin, alle Klappen zu schließen, ist das Spiel sofort beendet und sie ist die Gewinnerin aller vereinbarten Runden.

Erinnern & Erzählen



**Damals und heute – Selecta Nobile (bvMedienNr.:
558 093; 39,99 €)**

Die Spielidee ist klassisch: Bildpaare finden, die Gegenstände von Damals und Heute zeigen. Die Gegenüberstellung von Dingen aus verschiedenen Jahrzehnten bietet viel Raum für Geschichten und Geschichte, Anekdoten und Assoziationen. Innerhalb der eigenen Generation ganz sicher ein höchst anregendes und kommunikatives Spielvergnügen, bei dem die Zeit wie im Flug vergeht. Aber auch mit jüngeren Mitspielerinnen eine Quelle für Erzählungen und Vergleiche.



Lebensreise (bvMedienNr. 560 978; 69,90 €)

Wie war das damals? – Diese Frage stellt sich die Einzelne und sie stellt sie an die Gruppe. Welche Geschichten dabei zutage kommen, wie unterschiedlich die Lebenswege auch gewesen sein mögen: immer wieder zeigen sich viele Gemeinsamkeiten. Hier in unbeschwerten Kindertagen, dort in schwierigen Zeiten, Krankheit, Not oder auch in Sehnsüchten und Träumen.

So entsteht im Verlauf des Spiels Vertrautheit und eine Atmosphäre der Sicherheit und Geborgenheit, die Mut macht, sich weiter mitzuteilen. Aus dem Nebeneinander wird ein Miteinander, aus dem einsamen Erinnern wird ein gemeinsames Nachvollziehen. Das macht die Einzelne wichtig für die Gruppe – und die Gruppe wichtig für sie.



Sonnenuhr (bvMedienNr.: 560 979; 59,90 €)

Fantasievoll und farbenfroh gestaltet regt das Spiel zum gemeinsamen Erinnern, Nachdenken, Raten und Singen an. Dem Wechsel der Jahreszeiten, dem Stand der Sonne folgend, lässt sich der Spielverlauf immer wieder neu variieren. Jede Woche des Jahres steht unter einem neuen Motto – von der Winterwanderung über Frühlingsblumen bis hin zu Wein und Herbstlaub. Die Spielkarten und das umfangreiche Begleitbuch bergen zu jedem Thema einen unerschöpflichen Schatz an Rätseln, Gedichten, Kurzgeschichten, Fragen und Liedern.



Vertellekes (bvMedienNr.: 559 466; 69,00 €)

Mit den Biografiefragen von Vertellekes werden Elemente der Selbsterhaltungstherapie (SET) nach Romero aufgegriffen. Bei der SET geht es darum, die jeweils noch erhaltenen Fähigkeiten der Demenzkranken zu pflegen und zu fördern. Dies gelingt u. a. durch ein wiederholtes Wachrufen von verfügbaren, für die Person wichtigen Erinnerungen (Romero 2004). Bei Vertellekes geht es nicht um

die großen Biografiefragen, wie sie beispielsweise in Biografiebögen abgefragt werden, sondern es geht um viele kleine Fragen, deren Ziel es ist, Bruchstücke der Vergangenheit aufleuchten zu lassen.



Zeitreise durch das 20. Jahrhundert (bvMedienNr.: 557 986; 64,90 €)

Das Kommunikations-Spiel fordert zum Erzählen auf, gibt Einblicke in die Lebens- und Zeitgeschichte, unterstützt den Dialog der Generationen und fördert biographieorientiertes Arbeiten. Neben der großen Weltpolitik stehen auch die Geschichten der Bewältigung des Alltags und die Geschichten der Menschen im Mittelpunkt. Das Jahrhundertspiel verlangt keine Antworten, die richtig oder falsch sind, sondern fordert zum Erzählen von persönlichen Erfahrungen auf. Die Gesprächsimpulse gehen dabei von den 100 Wörtern des Jahrhunderts, von Alltagsbegriffen und von historischen Ereignissen aus.

Die Spielerinnen sammeln unterschiedliche Karten mit verschiedenen Gesprächsimpulsen. Mit diesen Karten können Punkte vergeben werden, um eine Siegerin zu ermitteln. Die Spielregeln können je nach Bedarf variiert oder gekürzt werden – auch ist das Bestimmen einer Siegerin nicht unbedingt erforderlich. Kommunikationsfelder sind das Herzstück des Spiels. Auf ihnen tauschen die Spielerinnen ihre Erinnerungen aus.



Vorlesen von und für Senioren

*Gott gab dem Menschen zwei
Ohren, aber nur eine Zunge,
damit er doppelt soviel zuhören
kann wie er spricht.*

(Sprichwort aus Arabien)

Einleitung

Bibliotheken als Orte der Information und Kommunikation sind wichtige Zentren geistiger Auseinandersetzung. Auf der Suche nach einer neuen Lesekultur in der dritten Lebensphase und nach Begegnungsformen der Generationen führt der Umgang mit Büchern zu Lösungen und hilft das Alter als Chance zu begreifen. Das Zitat von Marcus Tullius Cicero: „Fange nie an aufzuhören und höre nie auf anzufangen“ sollte Wahlspruch für alle sein. Lesen regt zu Gesprächen an, fordert die Beschäftigung mit sich selbst und anderen heraus und kann Hilfestellung in schwierigen Situationen sein. Auch wenn sein Lebensradius sich verkleinert, bleibt der ältere Mensch in der Beschäftigung mit der Literatur aktiv. Eine Möglichkeit unter vielen, die hier genannten Ziele umzusetzen, ist das Vorlesen von und für Senioren. Es kann bei Seniorennachmittagen in Kirchengemeinden und politischen Gemeinden, in Mehrgenerationenhäusern oder auch in privaten Gruppen geschehen. Die größte Verbreitung findet sich wohl in Seniorenheimen, wo ausgebildete Sozialteams vielfach den Part des Vorlesens übernehmen. Aber auch die Büchereiteams sind gefordert. Für die Gründung eines Vorlesekreises sollte auch der Wunsch

nach Vermittlung von Gemeinschaftsgefühl im Vordergrund stehen. Kontaktmöglichkeiten mit Gleichgesinnten und Abwechslung im Wochenablauf können so geboten werden. Durch das Vorlesen von unterschiedlichen literarischen Texten mit begleitendem Gespräch werden Erinnerungen belebt und das Gehirn trainiert.

Leitungsrolle und Gruppenregeln

Voraussetzungen für Vorleserinnen:

- Eigene Lesefreudigkeit und gute Allgemeinbildung
- Genaue Textkenntnisse
- Kenntnisse zur Zeitgeschichte (um ggf. tendenziösen Äußerungen im Gespräch über Literatur zu begegnen)
- Kommunikative Flexibilität und Gesprächsbereitschaft
- Wertschätzender Umgang mit älteren Menschen
- Authentizität
- Theoretische Kenntnisse zum Vorgang des Sprechens: Die Teilnahme an einem oder mehreren Vorleseseminaren erleichtert die Durchführung. Entsprechende Angebote bieten u.a. die Mainzer Stiftung Lesen (www.stiftunglesen.de), der Borromäusverein (www.borro.de) und Fachstellen für Büchereiarbeit an.
- Vorleserinnen im Seniorenalter haben den Vorteil, dass leichter Vertrauen geschaffen wird und die Stellung im Lesekreis nicht erst erarbeitet werden muss.

Organisation

Raum

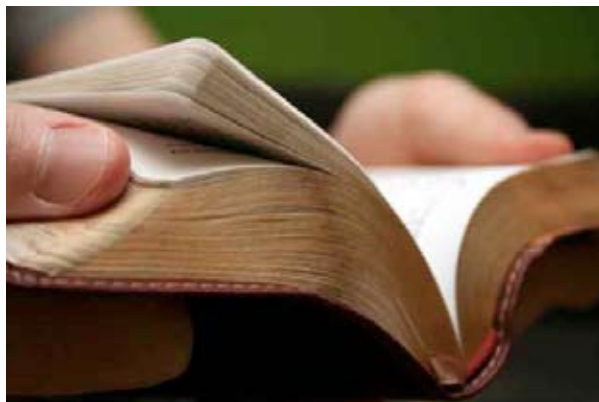
Die Raumgröße und der Stuhlkreis müssen auf die Teilnehmerinnenzahl abgestimmt sein. Auf gute Lichtverhältnisse und ruhige Umgebung achten. Um Atmosphäre zu schaffen bietet es sich an, eine Mitte zu gestalten.

Turnus

Eine regelmäßige, möglichst wöchentliche Durchführung wird empfohlen. Der Zeitrahmen sollte bei ca. 1 Stunde liegen.

Materialbedarf

Für die Vorlesende ist ein bequemer Stuhl oder Sessel wichtig. Weil die Füße der Vorlesenden wegen der bes-



seren Atmung flach am Boden aufstehen sollen, ist ein höhenverstellbarer Stuhl besonders geeignet. Dazu braucht es für eine gute Beleuchtung und auch aus atmosphären Gründen eine Leselampe sowie ein Getränk mit möglichst wenig Kohlensäure. Für die Teilnehmenden sind bereitstehende Getränke und Gebäck wünschenswert.

Als Raumgestaltung sind eine oder mehrere Kerze(n), Tischtücher, Blumen und themenabhängige Erinnerungsstücke geeignete Gestaltungsmittel. Mit den Gegenständen kann evtl. ein eigener „Erinnerungskoffer“ zusammengestellt werden.

Gruppe

Mehr als 20 Personen sind als Zuhörende nicht machbar: Ohne Mikrophon trägt die Stimme der Vorleserin nicht weiter und diese kann auch kaum mit mehr Personen gelegentlich in Augenkontakt treten.

Ablauf

Kontaktaufnahme und Vorstellungsrunde

Die Begrüßung der Anwesenden kann wenn nötig mit einer Vorstellungsrunde beginnen. Dies stellt Vertrautheit und Verbundenheit her. Bei einer Gruppe, die sich untereinander kennt, kann man auf Geburtstage eingehen. Die Legenden und Texte zu den Namenspatronen bieten dann einen schönen Einstieg (Empfehlenswert zum Nachblättern der Heiligenlegenden ist z.B. der Titel: Torsy (bvMedienNr. 557 563; 24,95 € oder Becker-Huberti; bvMedienNr. 554 172; 14,90 €) Nahes, bequemes Beisammensitzen hat für alle Teil-

nehmer den Vorteil, dass sie gut hören und das gemeinsame Tun auch körperlich empfinden. Sollte dies nicht gewünscht werden, muss man den Wunsch respektieren.

Aufwärmphase

Eine Einführung in den Text soll die Teilnehmer neugierig machen. Eine 83-jährige, versierte Vorleserin sagte einmal: „Ich bin immer bemüht, die Leute neugierig zu machen. So bleiben die älteren Zuhörer geistig rege.“

Kürzere Texte kann man auch kopieren und austeilen. Der eine oder andere möchte gerne mitlesen und anschließend die Vorlagen mitnehmen. „Was man schwarz auf weiß besitzt, kann man getrost nach Hause tragen.“ (Goethe) Diese Sammlung von Texten ist für die Teilnehmer dann jederzeit griffbereit, um darin zu lesen, wann und wo man will.

Vorlesen

Wie sollte man lesen?

- Laut und deutlich sprechen
- Langsam vorlesen und dabei immer wieder in die Runde schauen, um zu gewährleisten, dass alle Teilnehmer gut verstehen können. Dies ist besonders für Hörgerätenutzer in der Runde wichtig.
- Durch Atmung, Lautstärke, Stimmfärbung und Sprachmelodie die Sätze gestalten
- Mit kurzen Pausen dem Satz, sowohl innerhalb als auch am Ende, Konturen geben, dabei den natürlichen Rhythmus der Sprache berücksichtigen.
- Wichtige oder auch schöne Passagen wiederholen, ebenso sehr lange Sätze
- Gedichte sollte man mindestens ein zweites Mal vorlesen
- Zum Kommentieren des Gelesenen und für ein persönliches Gespräch Zeit geben
- Ein Wechsel von Vorlesen und Erzählen einzelner Passagen hat sich bewährt.
- Pausen nach jeweils 15 Minuten verlängern die Konzentration

Was sollte man lesen?

Zu den jeweiligen Themen sind einige Namen beispielhaft genannt.

- Biographien, Anekdoten bekannter Personen (z.B. Gräfin Dönhoff, Norbert Blüm)

- Gedichte, Balladen, Liedertexte (z.B. Mascha Kaléko, Rose Ausländer, J.W. v. Goethe, Friedrich Schiller)
- Märchen, Sagen, Legenden (Leben der Namenspatrone)
- Kinderbücher, die das Verhältnis der Generationen aufnehmen (z.B. Peter Härtling, Gudrun Pausewang)
- Humorvolles (Drutmar Cremer, Rafik Schami, Siegfried Lenz, Ephraim Kishon)
- Tiergeschichten (Hermann Löns, Paul Eipper, Konrad Lorenz)

Als Einstiegsbücher gut geeignet:


- Das erste Buch: Schriftsteller über ihr literarisches Debüt / Hrsg. von Renatus Deckert. – Frankfurt : Suhrkamp, 2007. – 357 S.; ISBN 978-3-518-45864-8; kt.: 10,00 € (bvMedienNr.: 559 664)
- Verführung zum Lesen: 52 Prominente über Bücher, die sie prägten / Hrsg.: Uwe Naumann in Zusammenarbeit mit der „Stiftung Lesen“. – 1. Aufl. – Reinbek b. Hamburg: Rowohlt, 2003. – 239 S.; ISBN 978-3-498-04682-8; fest geb.: 14,90 € (bvMedienNr.: 187 974)

Zur Belebung der Vorleseinheit tragen vertonte Gedichte bei, die man auch in einer kleinen Gruppe singen kann.

Schlussphase

Das Ende mit einem Dank an Zuhörerinnen verbinden und einen Terminhinweis auf die nächste Veranstaltung geben, möglichst in schriftlicher Form. Den Abschluss bildet immer ein heiterer, positiver Text.

Nachbereitung

Anlegen eines Lesetagebuchs, damit Wiederholungswünsche jederzeit griffbereit sind. Um das Gedächtnis älterer Menschen zu neuen Verknüpfungen anzuregen, sollten ganz bewusst Texte wieder aufgenommen und mit anderen in Verbindung gebracht werden. 

Sekundärliteratur

Printmedien

Kösters, Winfried: Weniger, bunter älter : [wie der demographische Wandel Deutschland verändert – Den Weg zur Multiminoritätengesellschaft aktiv gestalten] / Winfried Kösters. – München : Olzog, 2006. – 256 S.: Ill., graph. Darst., Tab.; ISBN 978-3-7892-8159-4; kt. : 19,90 €; bvMedienNr.: 555 082

Schreibwerkstatt:

Altemöller, Eva-Maria: Schreiben ist Gold; wie Sie zu Geschichten finden, die Sie immer schon schreiben wollten / Eva-Maria Altemöller. – Münster: Coppentrath, 2003. – 144 S.: zahlr. Ill.; ISBN 978-3-8157-3087-4; kt.: 19,95 € (Titel nicht mehr lieferbar; ggf. antiquarisch oder per Fernleihe beziehbar)

Mannel, Monika: Es ist Montag. Erfahrung mit einer Seniorenschreibgruppe. In: TextArt. 2/2007. S. 46-50. (<http://textartmagazin.eomis.de/>)

VomScheidt, Jürgen: Kreatives Schreiben – HyperWriting; Texte als Wege zu sich selbst und zu anderen / Jürgen vom Scheidt. – 4., überarb. u. erg. Aufl. – München: Buch&Media., 2006. – 215 S.; ISBN 978-3-86520-210-9; fest geb.: 19,90 €; bvMedienNr.: 559 669.

Werder, Lutz von: Lehrbuch des Kreativen Schreibens / Lutz von Werder. – Wiesbaden: Marixverl., 2007. – 524 S.; ISBN 978-3-86539-148-3; fest. geb.: 9,95 €; bvMedienNr.: 283 587.

Vorlesen von und für Senioren:

Duden. Bd 6. Aussprachewörterbuch. – 6., überarb. u. aktual. Aufl. – Mannheim: Dudenverl., 2005. – 864 S.; ISBN 978-3-411-04066-7; fest geb.: 21,95 €; bvMedienNr.: 244 999.

Saatweber, Margarete: Einführung in die Arbeitsweise Schlawffhorst-Andersen; Atmung, Stimme, Sprache, Haltung und Bewegung in ihren Wechselwirkungen / Margarete Saatweber. – 5., unveränd. Aufl. – Idstein: Schulz-Kirchner-Verl., 2005. – 222 S.; ISBN 978-3-8248-0019-3; fest geb.: 16,95 €; bvMedienNr.: 559 680.

Internetquellen

BiblioTheke. Heft 1/2008

Download unter: http://www.borro.de/files/173126f60fa1b0221ada3f0ed6fc6462/2479/BiblioTheke_1-08_gesamt.pdf. (Stand: 23.09.2008)

Erzählcafé:

Leitfaden zum Erzählcafé / Hrsg. Verein Alter und Soziales e.V. – 28 S.: Ill. – Stand: Oktober 2004. Download unter: http://www.ahlen.de/senioren/lerlabor/arbeitshilfen/arbeitshilfe_erzaehlcafe.pdf (Stand: 08.09.2008)

Schreibwerkstatt:

Liebers, Andrea: Schreiben verbindet Generationen und eröffnet neue Welten.

In: http://www.lebensspuren.net/bibliothek/projekte/200702_schreibwerkstaetten.html (Stand: 08.09.2008)

Sammlung von Schreibspielen/Möglichkeiten der Textarbeit: <http://www.homilia.de/schreiben/index.html> (Stand: 08.09.2008)

Vorlesen von und für Senioren:

Bacher, Herta: Rückschau statt Rückzug. Skriptum. Biographische Angebote für ältere Menschen mit Impulsen für die bibliothekarische Arbeit. 1. Aufl. 2007.

In: http://www.lebensspuren.net/bibliothek/dokumente/200710_skriptum_bacher.html (Stand: 08.09.2008)



Sie interessieren sich für die
Zeitschrift **BiblioTheke**?
Fordern Sie ein Probeexemplar an.

Name

Straße

PLZ/Ort

Datum/Unterschrift

Redaktion **BiblioTheke**
Fax 02 28 / 7 25 81 81
E-Mail: redaktionbit@borro.de

köb ||| **bv.**